

MODA

LOS ANTICIPOS DEL OTOÑO

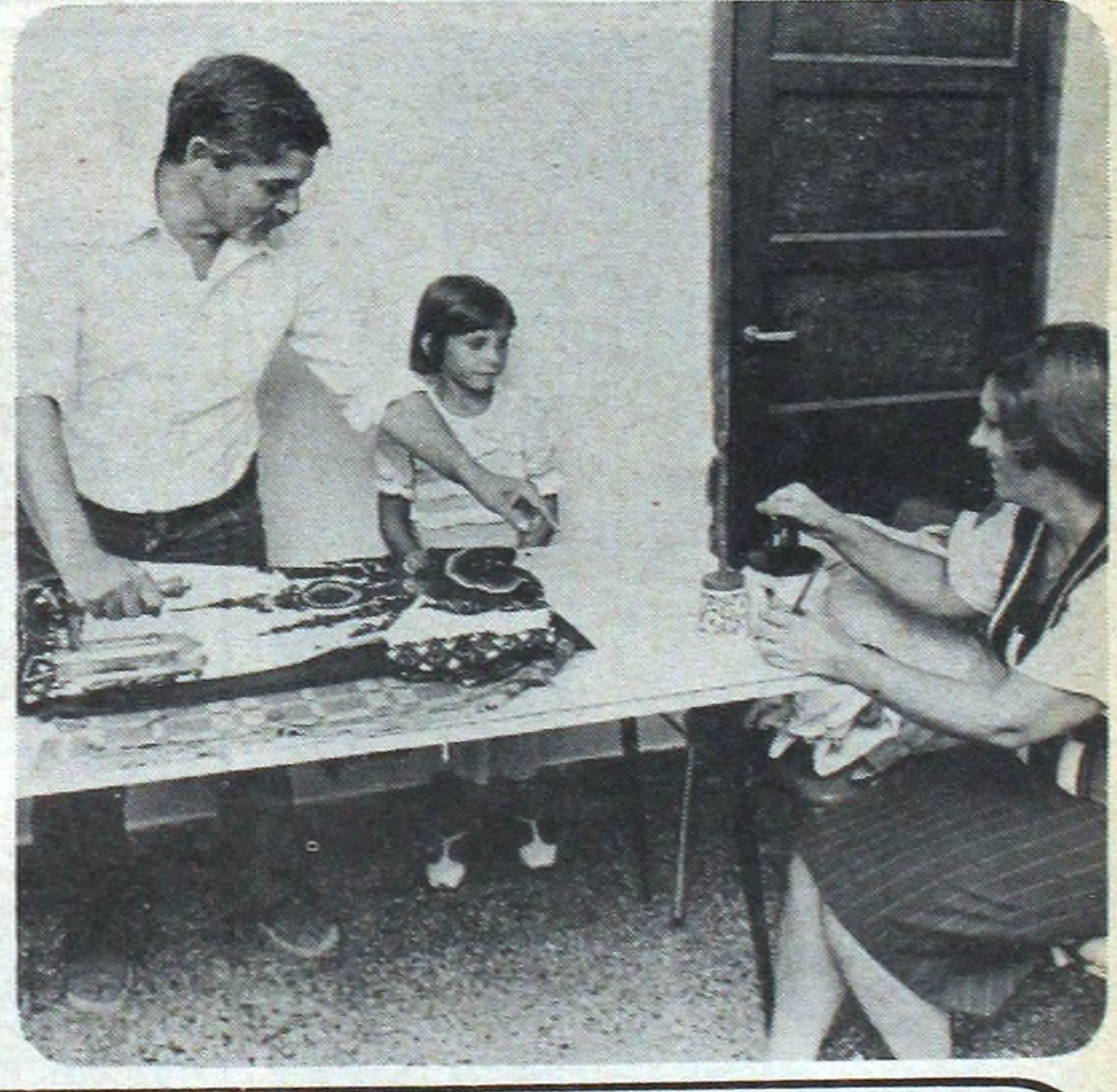


BELLEZA

Vitaminas Para la Piel

Actualidad

NUEVA GENERACION DE MARIDOS





Moldes y Tejidos

MAS IDEAS Y DISEÑOS

MEDICINA

PARTO DE PREMATUROS

crónica de la MUJER

Buenos Aires, 4 de Marzo de 1980. Este suplemento, dedicado a la mujer, el hogar y el niño, corresponde a la edición Nº 5.524 de CRONICA y no puede ser vendido en forma separada. CRONICA DE LA MUJER aparece todos los martes.











LA MUJER EN EL MUNDO

"Las niñas son la parte más sufrida y humillada de la infancia que sufre hambre en el mundo", dice en un informe Helvi Sipila, secretaria asistente para el Desarrollo Social y Asuntos Humanitarios de las Naciones Unidas.

La dramática conclusión se relaciona directamente con la situación de la mujer en diversos países, aún considerada como "inferior" al hombre.

El informe, solicitado por la ONU, indica que **"de los 200 millones de niños que se nutren insuficientemente, la mitad que forman las niñas está aún más subalimentada"**. Como ejemplo se dio el caso de la India, donde "las niñas pobres comen menos que sus hermanos porque ellos son brazos en crecimiento para los campos; en cambio, la mujer ocupa un lugar secundario. Por cada niño que muere en la India, mueren dos mujercitas".

En Africa, señala el informe, **"muere de un 15 a un 50% de las niñas contra un 6 a un 17% de los varones"**.

En cuanto al analfabetismo, las cifras también son sorprendentes: **de los 700 millones de analfabetos que existen en el mundo, dos tercios son del sexo femenino.** Según se aclara, en aquellas familias donde los hijos pueden estudiar las niñas tienen menos posibilidades porque impera la concepción de que **"el destino de la mujer es el matrimonio"**.

En un planeta tan evolucionado, estos datos impresionan como de otra galaxia . . . ¿o no?



La ley del aborto en Francia fue aprobada "en prueba" por cinco años. Pero se discute todavía su validez. La Ley Veil, por el nombre de la ex ministro de Sanidad Simone Veil y actual presidente del Parlamento Europeo, que gestó el estatuto en el seno del gobierno francés, limita a las primeras diez semanas de embarazo el período durante el cual el aborto puede ser considerado legal. Luego de estas diez semanas deben pasar otros siete días de reflexión para la gestante antes de tomar la decisión.

Considerado positivo el experimento quinquenal, el Consejo de Ministros se orientó a confirmar la Ley, preparándose para una batalla parlamentaria difícil, porque los antiabortistas en Francia son muchos. Por más de 50 años el país fue movilizado en varias formas y con diversos incentivos contra la gran disminución de natalidad.

Ya que desde principios de siglo la república francesa potenció su legislación, de carácter asistencial, en favor de las familias numerosas, que gozan de muchos privilegios. Ahora, con la autorización de la Ley del Aborto Voluntario, todo el castillo sindical y legislativo corre el riesgo de modificarse.

El presidente Giscard D'Estaing afirmó que efectuaría una reforma liberal sobre el control de la natalidad. A sus espaldas hay un manifiesto firmado por 334 celebridades femeninas francesas (desde Simone de Beauvoir hasta Francoise Sagan) que se declaran abortistas.

El experimento de la ley parece haber satisfecho al gobierno francés. El ministro delegado sobre la "condición de la mujer", Monique Pelliese, con la aprobación del ministro de Sanidad Jacques Barrat, se encargaron de volver a proponer, con algunas modificaciones, esta controvertida Ley Veil.

"The basement: meditations on a human sacrifice" es el título de la novela que acaba de publicar la feminista norteamericana Kate Millet.

Trata sobre un hecho que sucedió en la ciudad de Indiana. En 1965, una muchacha de dieciséis años fue asesinada por una patota en complicidad con una mujer. Tras diversas investigaciones se descubrió que la mujer era Gertrude Brazinnesky, a quien se le entregaban en custodia hijos naturales o con problemas emocionales. En el cuerpo de la niña asesinada se encontraron marcadas con hierro candente las siguientes palabras: "Soy prostituta y estoy orgullosa de serlo".

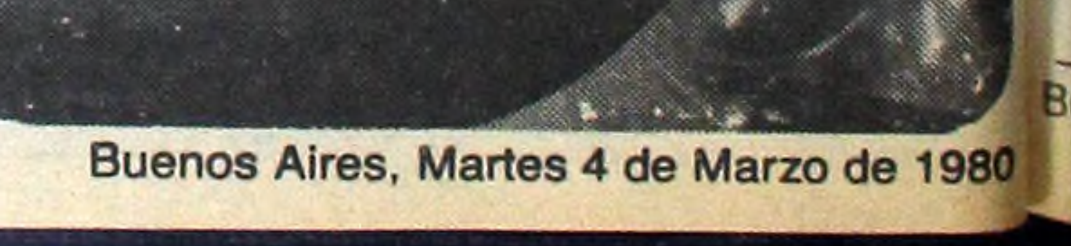
La feminista norteamericana, en su relato, se cuestiona por qué una mujer se vuelve de pronto enemiga de su propio sexo y permite que una joven sea torturada de esa manera. Y no solo lo permite, sino que sirve de cerebro organizado del crimen.





Surgió en las playas más discretas de Río, se difundió masivamente durante el Carnaval, y ahora se ha instalado en los lugares nocturnos más sofisticados de Río de Janeiro. La moda del "topless" (pecho al descubierto) amenaza seguir contagiando sectores hasta ahora incontaminados de la desprejuiciada sociedad brasileña.

La morena que muestra el grabado —una celebridad en los ambientes nocturnos de la ex capital carioca— fue de las primeras en incorporar la novísima moda (porque de algún modo hay que llamarla) y al parecer con bastante éxito, a juzgar por la asidua concurrencia de admiradores masculinos, al lugar donde (también) canta.



Las Imprescindibles Vitaminas

Ya estamos a la puerta del otoño. El verano fue maravilloso, pero... dejó sus huellas: piel seca, impurezas, deshidratación. Conozca su tipo de piel, los alimentos que mejor convienen a su organismo y el valor nutritivo de las insustituibles vitaminas.



Comienza el otoño y la piel debe lucir pura, luminosa y transparente después del agotador verano.

Los cuidados comienzan por una higiene profunda. Una leche de limpieza será el mejor inicio. Las líneas de cosmética ofrecen series completas de distintas especialidades que se adaptan a todos los tipos de pieles. Tanto las extrasecas como las muy grasas disponen de una amplia gama de productos limpiadores que incluyen lociones muy emolientes, limpiadores humectantes, gránulos normalizadores, cremas detersivas, espumas concentradas y antisépticos.

Cada producto debe ser usado de acuerdo con las necesidades individuales; se debe conocer el tipo de piel y comenzar a cuidarla.

La mejor manera de tratar la piel es deslizar la crema de limpieza en forma de círculos ascendentes para ayudar la expulsión de aceites y suciedades ambientales depositados en los poros, insistiendo en la boca y en la zona de los ojos. Retirar con papel tisú o algodón y pasar una loción tonificante. Los cutis grasos requieren baños de vapor que facilitan la apertura de los poros, permitiendo la desincrustación de puntos negros y comedones.

TIPOS DE PIEL

Cutis normal: Es flexible y suave, de poros muy finos y sin zonas demasiado secas o grasas. Característico de la primera juventud. Para mantenerlo es necesario limpiarlo, hidratarlo y nutrirlo.

Cutis seco: De piel fina y delicada, tiene una apariencia suave y fresca. Es sensible e irritable y se mancha o arruga con facilidad.

Cutis graso: Espeso con poros muy visibles y abundante secreción sebácea. Es el tipo menos favorecido, pero el que tarda más tiempo en envejecer.

Las dietas equilibradas son un ayudante indispensable para tener una buena piel. Y nada más sencillo que las vitaminas, pues son sustancias activas que regulan los procesos vitales del organismo. Se encuentran en varios alimentos, en pequeñas cantidades; al ingerirlos el organismo las absorbe para enriquecer las células y los tejidos corporales. Existen bastantes vitaminas: A, D, E, K, C, P y B.

La **vitamina A** se encuentra en verduras de hoja, zanahoria, tomate, huevo (yema) y en el hígado.

Vitamina D: Pescado, hígado, huevo y manteca.

Vitamina E: Aceite de germen de trigo, lechuga, alfalfa y yema de huevo.

Vitamina K: En verduras e hígado.

Vitamina C: Cítricos, ají, berro y verduras de hoja.



Vitamina B: Cereales, arvejas, riñón, hígado, pescado, yema de huevo y sesos.

También las carnes asadas tanto blancas como rojas serán beneficiosas en cantidades moderadas. Beber agua es otro método para atenuar la sequedad del cutis. De tres a cinco vasos de agua, uno en ayunas y los demás entre comidas, agregarán transparencia a la piel. Hay que renunciar a las comidas o bebidas muy calientes, muy fuertes y condimentadas.

No siempre la flaccidez, el cutis marchito y cansado están determinados por la edad. En el rostro se reflejan las enfermedades, la falta de sueño, las tensiones y los abusos en las comidas. Pero tan pronto se modifican las condiciones de comportamiento y los estados emocionales el cutis se revitaliza y no tardan en notarse los efectos. Porque la piel tiene un poder único de regeneración y éste es un hecho que conviene saberlo.

Cuáles son y Cómo Actúan

Vitamina A: Contribuye al mantenimiento de los diversos tejidos de la piel, específicamente en los tejidos epiteliales (dentro de la boca, órganos y aparato digestivo). El tejido ocular ante la carencia de vitamina A presenta anomalías como la ceguera nocturna o dificultad para ver con luz tenue.

Vitamina D: Tiene su principal acción en los intestinos, huesos y riñones.

En el intestino aumenta la absorción del calcio y del fósforo. En los huesos mantiene una buena calcificación y en el riñón contribuye a filtrar sustancias (calcio y fósforo).

Vitamina K: Es necesaria para la normal coagulación de la sangre, e importante en las funciones del hígado, de los intestinos y páncreas.

Vitamina E: Por experimentación sería antiestéril.

Vitamina B: Participa en el metabolismo intercelular de los hidratos de carbono, grasas y proteínas o sea en la formación de la sangre.

Vitamina B2: Su carencia ocasiona problemas en la piel y lesiones oculares.

Vitamina B6: Interviene en la formación de proteínas y grasas.

Vitamina B12: Actúa sobre la visión, otorgando mayor brillo y claridad a la mirada, también en la pigmentación.

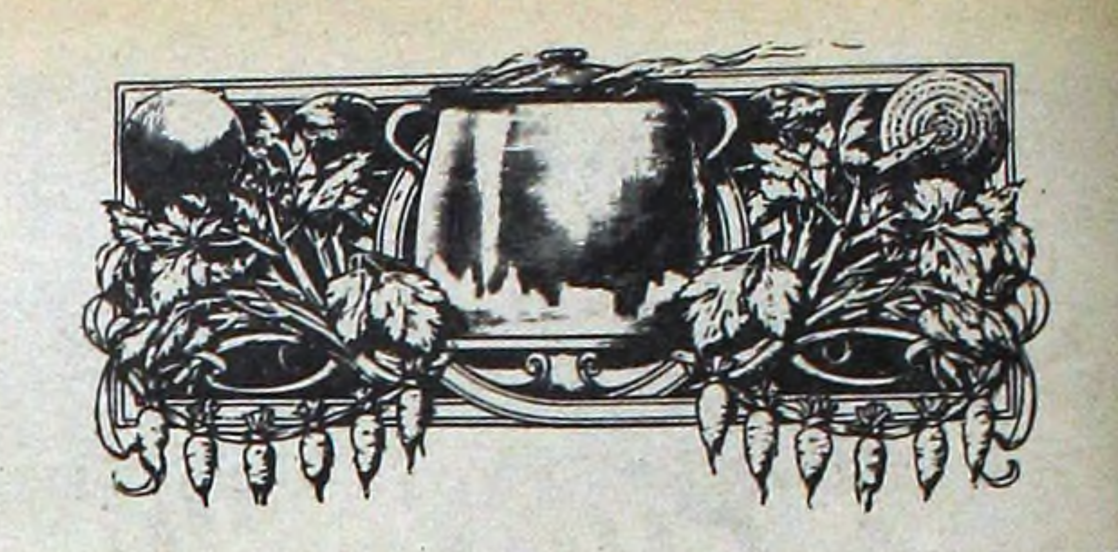
Vitamina H: Contribuye a la lozanía de la piel, a la formación de proteínas y grasas en el estómago e intestinos.

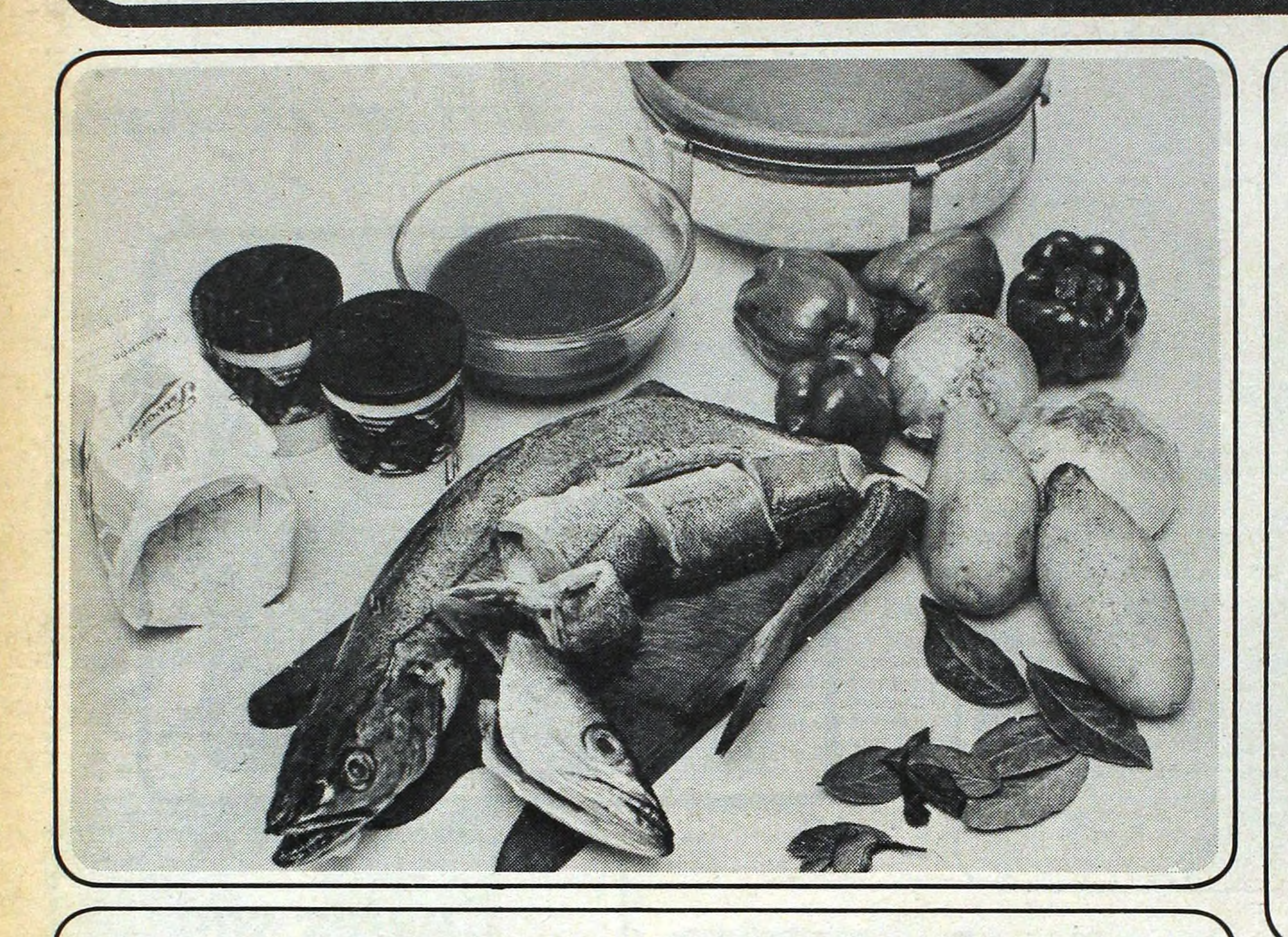
Vitamina C: Tiene muchas funciones en el organismo humano. Entre otras la formación del colágeno, sustancia química para mantener la hidratación y consistencia de la piel. También en la formación de los huesos y en el tejido conjuntivo otorgando brillo y claridad en los ojos. Actúa sobre el sistema nervioso.

Los Placeres de la Mesa Para Toda la Familia

Entre los pescados, la merluza es uno de los preferidos por la calidad de su carne —blanca, sabrosa y fina— y su bajo precio. Por ser rico en vitaminas y de fácil digestión es ideal para regímenes de adelgazamiento o convalecencia.

Por Pelusa Molina





MERLUZA A LA SERRANO

INGREDIENTES (para 4 personas)

1 merluza de 1 kg.; ½ taza de aceite (preferentemente de oliva); 1 cebolla grande; 2 pimientos morrones; 1 taza de puré de tomates; 2 papas grandes; laurel, sal, pimienta, pimentón dulce; harina cantidad necesaria.

PREPARACION

Lavar y limpiar muy bien la merluza. Secarla. Cortarla en trozos regulares y enharinarlos. En una cazuela de barro colocar el aceite; cuando esté caliente freír los troncones dándolos vuelta para que se doren parejo. Retirarlos. Raspar bien el fondo de cocción y dorar en él la cebolla cortada en rodajas algo gruesas. Agregar el laurel y los pimientos cortados en tiritas. Rehogar unos minutos; agregar el puré de tomates, condimentar con sal, pimienta y el pimentón. Cortar las papas en rodajas e intercalarlas con la merluza y la salsa. Tapar la cacerola y dejar cocinar hasta que las papas estén cocidas cuidando que no se deshagan. Servir en la misma cazuela.

FILETES DE MERLUZA A LA CREMA VERDE

INGREDIENTES (para 6 personas)

6 filetes de merluza medianos; el jugo de medio limón; 1 ramito de perejil y apio; hojas de laurel; 1 vasito de vino blanco seco; 200 grs. de crema de leche; manteca, cantidad necesaria; sal, pimienta y nuez moscada. Galletitas tipo agua molidas, cantidad necesaria.

PREPARACION

Lavar y secar los filetes de merluza y colocarlos en una fuente de horno enmantecada, pasándolos previamente de ambos lados por el polvo de galletitas. Rociarlos con el jugo de limón, el vino, el apio y el perejil picados muy finos y condimentar con sal, pimienta y nuez moscada. Llevar al horno moderado durante unos 15 ó 20 minutos. Poco antes de terminar la cocción agregar la crema de leche y volver a colocar en el horno. Servir acompañado con papas al natural bañadas con la salsa del pescado.

ROLLITOS DE MERLUZA A LA FLORENTINA

INGREDIENTES (para 6 personas)

6 filetes de merluza medianos; 1 kg. de espinacas; 1 cebolla chica; 1 cucharadita de orégano; sal, pimienta; manteca, cantidad necesaria.

PREPARACION

Limpiar las espinacas y hervirlas sin agua con la cacerola tapada. Escurrirlas y exprimirlas. Dorar en manteca la cebolla picada fina; agregar las espinacas bien picaditas y dejar que se evapore todo el líquido que queda. Condimentar con sal, pimienta y orégano. Lavar los filetes de merluza, secarlos, salarlos y pimentarlos; extenderlos sobre la mesa y colocarles encima las espinacas distribuyéndolas en forma pareja. Arrollar los filetes y sujetarlos con un palillo. Colocar los rollitos en una fuente de horno enmantecada, rociarlos con manteca y cocinar a horno moderado durante unos 15 minutos aproximadamente. Servir con gajos de limón torneados.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

BOLITAS DE CHOCOLATE

INGREDIENTES

200 grs. de galletitas dulces; 50 grs. de amarettis; 250 grs. de dulce de leche (espeso) aprox.; 1 cucharada de coñac; 1 tableta de chocolate para la taza; 25 grs. de manteca; grana de chocolate, cantidad necesaria.

PREPARACION

Reducir a polvo los bizcochos y colocarlos en un tazón; agregar el licor o el coñac y tanto dulce de leche como sea necesario hasta lograr una pasta que se pueda moldear con los dedos.

Formar con ella bolitas de tamaño de nueces grandes.

Rallar el chocolate con cuchillo. Colocarlo en un tazón a baño de María, junto con la manteca hasta que se disuelva totalmente.

Pasar las bolitas por el chocolate y apoyarlas sobre un papel impermeable. Antes de que el chocolate se seque adherirle la grana. Mantener en la heladera hasta el momento de servir. Presentarlos en pirotines apropiados.

Aumenta la Población Mundial, Bajan las Reservas de Alimentos

SOJA, EL MANA DEL PORVENIR

•

La soja, un grano conocido por el hombre desde 3.000 años Antes de Cristo, se ha convertido en la más importante esperanza de la humanidad para superar en el futuro la incesante demanda de alimentos. Su valor nutritivo, calidad y posibilidades de uso.

•



En los últimos tiempos los medios periodísticos se han ocupado reiteradamente de la alimentación no tradicional y de la incorporación de nuevos alimentos a las dietas... La profusión de datos científicos y económicos nos envolvió a todos...

Por eso, les proponemos un juego simple, con características de encuesta "casera"...

¿Cuál de esos alimentos la dejó más interesada, sobre todo en lo relacionado con el uso cotidiano?... Muchas coincidiremos en que es **la soja...**

Es probable que ciertas preguntas hayan quedado sin respuesta... Confiamos en que las siguientes sean algunas de ellas.

• Sabemos que el grano de soja es útil a la alimentación del hombre, desde 3.000 años antes de Cristo. ¿Qué impidió que se convirtiera en un aliado constante de la mesa hogareña?...

Su sabor... muy similar al del poroto crudo y con un dejo excesivamente amargo...

• De todos los productos que se elaboran a base de harina de soja, ¿cuál es realmente apetecible, de agradable sabor?...

Sin duda: el pan de soja... Tiene la forma típica de un pan lácteo, pero con un sabor más dulzón y con miga más dorada... Estudios y tecnología puestos al servicio del proceso de elaboración, consiguieron darle un paladar agradable manteniendo su valor nutritivo... En síntesis: es rico y saludable...

• A propósito, se dice que la soja es sana... ¿Cuál es su valor nutritivo?...

La soja tiene una importante virtud: poseer proteínas completas, que sirven al normal funcionamiento de los órganos.... En términos generales, el valor biológico de las proteínas de origen vegetal es inferior a las de origen animal. Por ello, en su momento, se prefirió el uso de las harinas de pescado y de carne. Pero la harina de soja es la excepción que confirma esa regla...

• ¿Se podría establecer una relación comparativa entre el valor proteico de la soja y el de otros alimentos conocidos?...

Es posible asegurar que 1 kg. de soja equivale a 2,5 kg. de carne, a 12 litros de leche, a 5 docenas de huevos, o a 2 kg. de queso... Como observarán, además de su valor alimenticio, la soja puede llegar a desempeñar un importante papel en la economía hogareña...

• ¿La soja es un alimento adecuado para la alimentación de los chicos y los adolescentes?...

Altamente recomendable, porque su valor nutritivo y calórico favorece el crecimiento y permite una rápida recuperación de las energías...

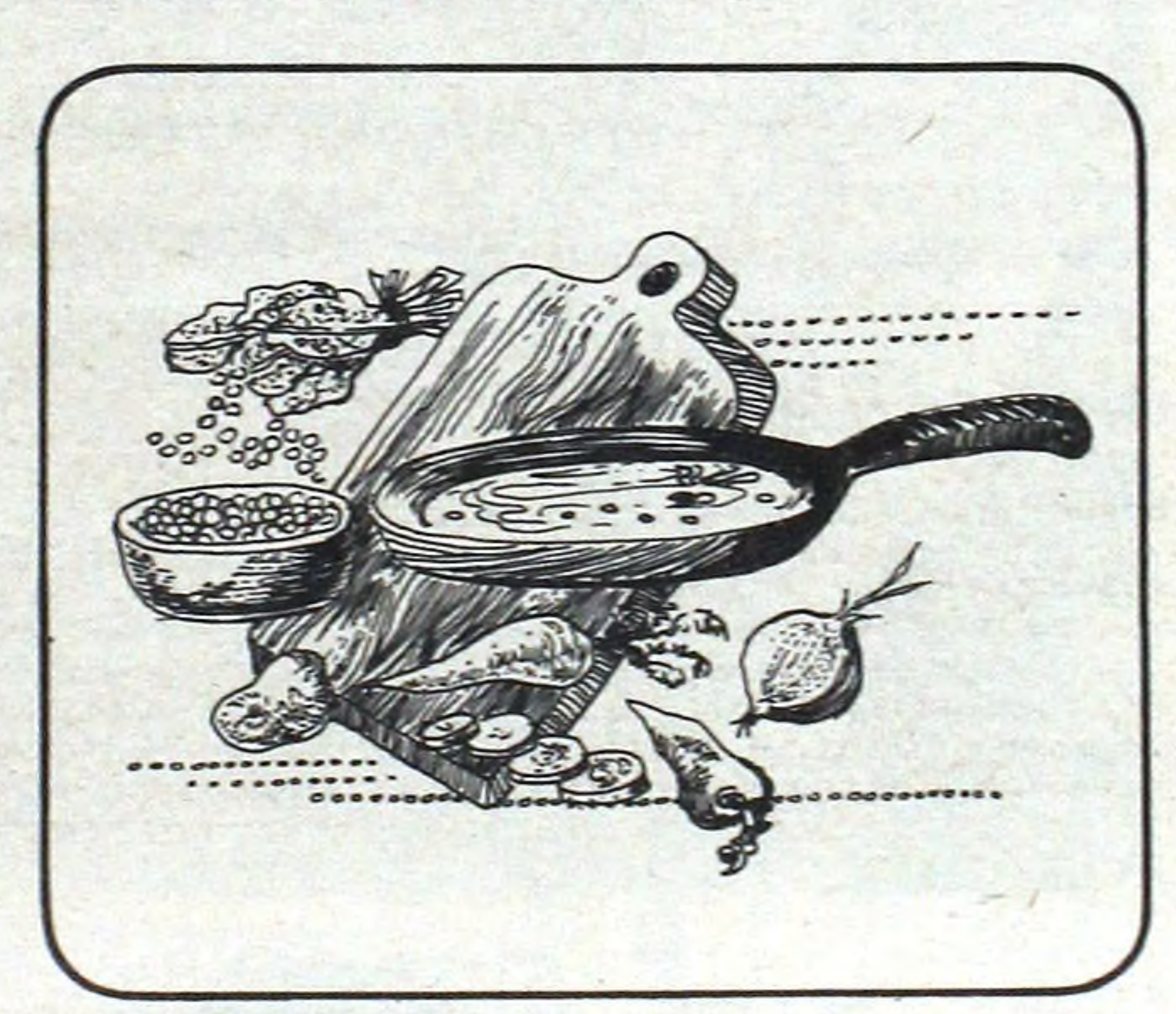
• Distintos especialistas, como geriatras y deportólogos, aconsejan incluir soja en la alimentación de los ancianos y de los deportistas. ¿Qué características los llevan a recomendarla?

En el caso de las personas mayores se debe al importante contenido de calcio y en lo relativo al pan de soja en particular, a su fácil ingestión, ya que les permite a los abuelos evitar problemas de masticación... En el caso de los deportistas, por el valor nutritivo y a la facilidad que otorga de recuperar energías...

Como detalle de interés podemos agregar que el **pan de soja** puede ser considerado un invento argentino, ya que la investigación, el estudio y distintos procesos técnicos de elaboración permitieron a una panificadora de Ituzaingó lograr un producto rico, saludable y accesible a la mesa hogareña.

Aguzando nuestra imaginación y conociendo sus virtudes podemos incluir a la soja entre nuestros alimentos habituales, entre aquellos que preferimos porque tienen la sencillez y el sabor de lo cotidiano...

A falta de carne... buena es la soja, sin embargo muchos no la utilizan por desconocer la forma de hacerlo. La particularidad del poroto seco consiste en que cuando se lo cocina se ablanda, pero no llega a deshacerse sino hasta cierto punto, aun cuando se prolongue su cocción. Puede usarse, además, la harina de soja en todas las preparaciones de panes, repostería, pastas, etcétera, mezclándola siempre con harina de trigo, que es la que provee el gluten que hace la liga. La leche de soja es indicada para reemplazar la leche animal y puede utilizarse en todo tipo de preparaciones que lleven como ingrediente la leche común. También es posible utilizar los porotos verdes y los retoños aunque estos últimos suelen ser más difícil de conseguir.



CAZUELA DE SOJA Y ACELGAS

INGREDIENTES
(para 4 personas)

1 atado de acelgas; 4 papas medianas; 200 gr. de soja (poroto seco); 1 cebolla; 2 zanahorias; 2 cucharadas de aceite; sal, pimienta.

PREPARACION

Remojar previamente 24 horas los porotos de soja. Tirar el agua de remojo y hervir. Mientras tanto dorar en el aceite la cebolla picada gruesa; agregar las zanahorias cortadas en rodajas y rehogar unos minutos. Agregar las papas cortadas en cuartos y la soja cocida, cubrir con agua o caldo y condimentar. Cuando las papas estén a media cocción agregar las acelgas limpias y cortadas en juliana gruesa. Cocinar hasta que las acelgas estén tiernas y las papas bien cocidas cuidando que no se deshagan. Servir bien caliente.

NOTA: El poroto de soja puede utilizarse reemplazando al poroto común en sus diversos tipos o al garbanzo. Es ideal para la preparación de todo tipo de guisos, cazuelas, potajes, etcétera, usando o no carne.

ARROZ CON LECHE DE SOJA

INGREDIENTES
(para 6 porciones)

1 litro de leche de soja; 1 pocillito de café de arroz; 100 gr. de azúcar; cáscara de naranja o limón o canela en rama.

PREPARACION DE LA LECHE DE SOJA

Para lograr 1 litro de leche de soja poner a remojar 300 gr. de soja, quitando los granos defectuosos. Al día siguiente eliminar el agua de remojo, colando los porotos. Pasarlos por licuadora o molerlos en el mortero.

Calentar el agua necesaria (aproximadamente 4 tazas). Colocar la soja triturada en un lienzo limpio atarlo cuidando que no salga el contenido e introducirlo en el agua tibia, apretándolo con las manos fuertemente para extraer la sustancia lechosa de la soja. Retirar del agua exprimiendo bien para sacar toda la leche. Hervir la leche obtenida durante 5 minutos para esterilizarla. Controlar la cantidad de leche obtenida. Si no llegara al litro agregar agua hervida hasta completar. Agregar también 2 cucharadas de azúcar y una pizca de sal. Utilizar.

PREPARACION DEL ARROZ CON LECHE

Llevar la leche de soja al fuego. Cuando hierva, agregar el arroz, el azúcar, la cáscara de limón o naranja o la rama de canela. Cocinar a fuego lento hasta que el arroz esté cocido.

NOTA: La leche de soja se emplea de la misma forma que la leche de vaca y tiene las mismas características de ésta: forma nata, se cuaja y por lo tanto se pueden preparar quesos. Debe guardarse en la heladera.



Una revolución pacífica pero de enorme trascendencia ha ocurrido en los últimos 30 años en nuestro país: la incorporación de los maridos a tareas hogareñas que antes estaban exclusivamente reservadas a la mujer. Tres entrevistados analizan los motivos que provocaron el gran cambio.

—Mirá, si hay algo que marca la evolución de nuestras costumbres es la participación del hombre en las tareas de la casa. ¡Y eso se ha hecho sin ninguna revolución feminista ni nada que se le parezca!

—Yo no estoy en contra de que el hombre ayude a su mujer en las tareas de la casa, pero me pregunto: El cambio, ¿no resigna el tradicional rol del ama de casa, que hacía y deshacía a gusto en su hogar?

El diálogo, palabra más, palabra menos, se desarrolló días pasados entre dos coquetas muchachas no mayores de 25 años (ambas casadas a juzgar por sus anillos) en la cola para el pago de un impuesto en importante banco de Bartolomé Mitre y San Martín, en pleno centro.

Allí comenzó la nota. ¿Participa el hombre en las tareas del hogar? ¿Está conforme la mujer con esa colaboración? ¿Se hace por motivos de evolución de la pareja o por razones económicas, al tener que salir la mujer a trabajar fuera de la casa? ¿Y los chicos, cuando los hay?

Pero la relación se hace nítida en su diferenciación cuando se pregunta: ¿cuándo comenzó el cambio? ¿Nuestros padres actuaron así? Para obtener algunas pautas de aproximación reunimos a tres grupos familiares con la edad suficiente como para vivir distintas experiencias pero además con padres de una generación anterior, cuando todavía la mujer permanecía en casa.

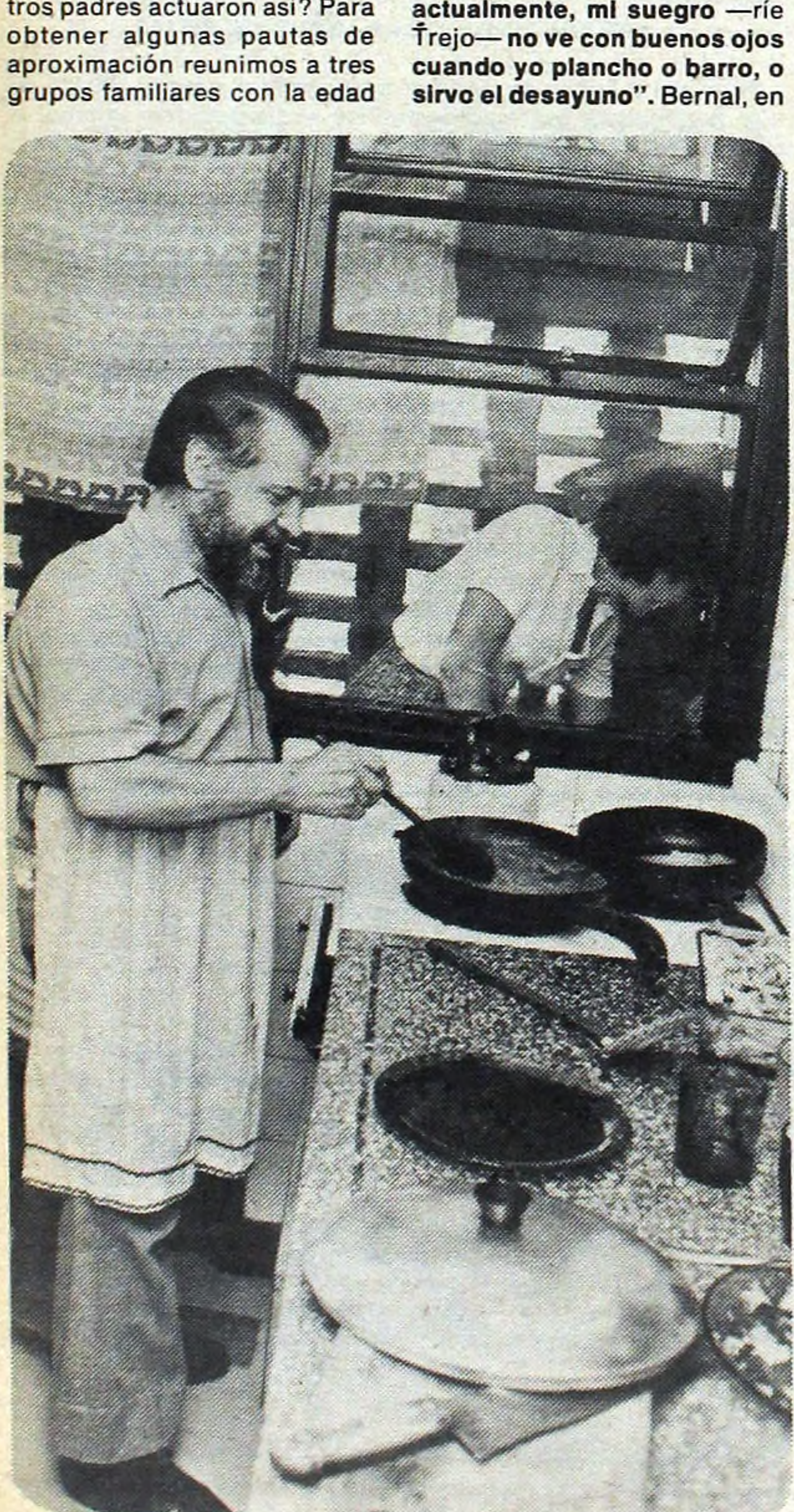
¿QUE HACIAN LOS PAPAS?

¿Participaban los padres (varones) de nuestros entrevistados en los quehaceres domésticos?

La respuesta general es que no participaban. Guilera recuerda que su padre, perito agrónomo, estaba todo el día fuera de la casa y que la familia viajó a destinos distintos: Formosa, Salta, Río Negro, etcétera. La madre, asesora rural, comenzó a trabajar cuando él tenía 8 años, ocasión en que papá Guilera colaboró inicialmente en el hogar. Pero muy parcialmente. El padre de Marta Benzani fue taxista y vendedor para una cooperativa; la madre, modista sin salir de su casa. El padre nunca colaboró en tareas domésticas.

Trejo recuerda el trabajo de su madre y al tío que le enseñó el oficio de sastre, mientras su esposa cuenta que el papá fue empleado municipal en Italia y lo es en la Argentina. La madre, ama de casa. Nunca el hombre ayudaba en la casa. **"Es más, actualmente, mi suegro** —ríe Trejo— **no ve con buenos ojos cuando yo plancho o barro, o sirvo el desayuno".** Bernal, en

Roberto Guilera en una de sus tareas cotidianas, la de vestir a su pequeña hija, Celeste.





Trejo sirve el desayuno —que él mismo prepara— a sus hijas. Los tres maridos entrevistados afirmaron que cumplen con satisfacción las tareas cotidianas antes reservadas exclusivamente a las mujeres.

Goly Bernal en un menester insólito para un marido de la generación anterior: preparar la comida para toda la familia. Sofía, su esposa, cumple otras tareas, también destinadas al bienestar del clan.

La Revolución Pacífica más Trascendente de los Ultimos 30 Años

Parejas que Luchan "de Igual a Igual"



A la hora del almuerzo los miembros de la familia Bernal en torno de la mesa; una relación forjada según deberes y obligaciones compartidos por todos.



cambio, dice que su madre, Sara Blanco, hoy de 78 años, fue "**pionera**" en salir del hogar: **en 1922, en La Plata, comenzó a trabajar en el Banco de Crédito Provincial**. Para su esposa, Sofía, de padres griegos, no hay recuerdo más que de Lefterios, el padre, comerciante, que estando en Buenos Aires mandó a buscar a Elizabeth, la madre, a su patria para casarse con ella aquí.

Otra época, otras obligaciones, sin satélites, sin televisión, sin vértigo. Papá, en la calle; mamá, en la casa. Casi sin excepciones.

LA INTEGRACION

¿Y ahora? ¿Participan Bernal, Guilera y Trejo junto con sus esposas —y los hijos— "**puertas adentro**" del hogar?

La respuesta general es afirmativa.

"**Para ser justos** —dice Bernal— **en 26 años de casados todo lo aprendimos juntos con mi mujer**". Y relata que él se ocupa de cocinar, además de hacer rigurosamente los mandados, sacar a pasear a su perro "**Carbón**" y arreglar los artefactos que se deterioran o sanitarios que no funcionan en su casa. Tiene un plato favorito: "**Bifes a la criolla**". Y también la participación de algunos de los chicos, cuando es necesario. Siendo sastre, el santiagueño Trejo no tiene empacho en planchar la ropa, una tarea que todavía extraña mucho a los hombres, amén de que ahora se la realice en menor escala a partir de la incorporación del nylon y las telas sintéticas. Pero Trejo también barre, hace las compras y hasta limpia los pisos. "**Fíjese** —comenta— **que con los vecinos de la comisión de fomento nos encontramos casi todos los días en la carnicería o en la panadería; antes solo las mujeres hacían los mandados**". Guilera, por su parte, toca la guitarra y el bordoneo para su hija Celeste, a la que cambia, baña, da de comer y enseña a caminar cuando la madre —toda la mañana y parte de la tarde— está ocupada en su trabajo.

Cuando se les pregunta si les "**pesan**" las tareas del hogar responden negativamente. "**El machismo es cosa del pasado y marchamos hacia una integración de pareja muy positiva**", opina Trejo. "**Las responsabilidades están mas repartidas**", **para Guilera** y "**las tareas muy bien delimitadas**", para Goly Bernal. Ninguno siente que la casa sea reemplazable por el café o la barra de la esquina. Posiblemente haya sido antes, siendo más jóvenes. ¿Pero no incide, también, la situación económica? "**Correcto**", dicen todos. Salvo en sectores de muy bajo nivel económico, con muchos hijos, o por el contrario en sectores de la clase alta, con personal de servicio, en extensas franjas de la clase media, la complementación hombre-mujer y la división de responsabilidades se da dentro y fuera de la casa, tanto en las tareas cotidianas como en el allegar fondos para el sostén de la familia. Es más: María, Marta y Sofía coinciden en que salvo cuando en la casa hay dos o más chicos de corta edad, **la mujer quiere y necesita trabajar**. Para ayudar al marido y por propia dinámica personal. María (y sus hijas) aprenden guitarra, Marta aprendió piano y es ceramista, Sofía (con sus hijos crecidos) empezó Filosofía y Letras.

No obstante esta nivelación de funciones en el hogar, hay aspectos que aún permanecen en áreas diferenciales. "**Las riendas de la casa las sigue llevando la mujer**", señala Benzani.

ACEPTAN LOS HIJOS

Para Trejo y Bernal, con hijos adolescentes, no existen problemas en que "**papá sea amo de casa**". Por el contrario, en ambos casos, los mayores ayudan en la medida de sus posibilidades: hacen sus camas, limpian sus habitaciones, preparan alguna comida simple. Marina Trejo, a quien le preguntamos, no se asombra de esta situación. Sus amigas y amigos, al igual que los de Renata y Jimena Bernal, llegan a su casa con total naturalidad así papá esté planchando o haciendo la comida. Forma parte de "**una nueva integración de la pareja**", que para Bernal "**es más democrática**", paraTrejo "**más necesaria**" y para Guilera "**imperativo de la hora actual**".

¿Hay pérdida de la autoridad paterna? "**Para nada**", afirma Trejo. "**Por el contrario** —dice Guilera— **los chicos necesitan de la presencia y el afecto paterno, lo que no ocurre con aquellos padres superocupados que solamente los pueden ver los fines de semana**".

¿Y hay peligro de un matriarcado? "**No**", responden, todos a coro. "**La igualación de funciones hace al equilibrio del hogar y no lo contrario**". Queda finalmente un respeto latente —y expreso— por los padres, algunos vivos aún, pero la certeza de que al menos en este aspecto de la vida social argentina, el avance ha sido notable e irrebatible: el hombre ya no es un extraño para cocinar, lavar y planchar, mientras la mujer ya no volverá a enclaustrarse, pasivamente, entre las cuatro paredes de su casa.

Las tareas hogareñas también incluyen —de modo esencial— la maravillosa obra de enseñar a los pequeños hijos a descubrir las riquezas de la vida: el amor a la música es el camino elegido por Roberto Guilera para su hija Celeste.

LOS ENTREVISTADOS

Matrimonio 1:

Compuesto por **Sofía Caracachoglou** y **Eduardo Rubén Bernal**. El, 51 años. Tres hijos. Renata, 18; Jimena, 16 y Ariel, 14.

El: Más conocido como Goly Bernal, recibido de maestro mayor de obras en La Plata, no ejerció nunca ya que desde 1945 vive dedicado a su pasión, el teatro. Ya como actor, como director o como profesor de arte escénico. Desde 1968 es docente de la Escuela de Teatro de La Plata. Acaba de representar, dirigido por Yirair Mossian, "**Las tres hermanas**", de Anton Chejov.

Ella: Trabaja en el Departamento Docencia del Hospital Italiano. Desde 1974 estudia Bibliotecología en la Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad de Buenos Aires.

Renata prepara su ingreso a la Facultad de Bellas Artes de La Plata, Jimena cursará 4° año normal en el próximo período lectivo y Ariel, el 2° año en la ENET N° 3, de Avellaneda.

Viven en el barrio Martín Güemes, en Avellaneda.

Matrimonio 2:

Compuesto por **María Corradina** y **Víctor Armando Trejo**. El, 45 años. Tres hijos. Marina, 15; Andrea, 11 y Lisa, 6.

El: Oriundo de Atamisqui, Santiago del Estero, de oficio sastre. Es uno de los pocos artesanos que saben confeccionar todo el saco, como los maestros sastres de antaño. Actualmente se desempeña como encargado de una fábrica de confecciones. Integra la comisión de fomento de su barrio.

Ella: Italiana de nacimiento, afincada desde muy chica en la Argentina. Trabaja en la confección de sacos de vestir, en su propia casa, un promedio de siete horas diarias. Se conoció con su marido en un taller de confecciones.

Marina pasó a 3° año Comercial, mientras Andrea pasó a 6° grado y Lisa a 2°.

Viven en Lomas del Millón, Ramos Mejía, partido de La Matanza.

Matrimonio 3:

Compuesto por **Marta Benzani** y **Roberto Guilera**. El, 39 años. Una hija. Celeste, de 18 meses.

El: Músico y poeta. Cantor de temas de inspiración folklórica, eximio guitarrista. A los 19 años fue figura popular en el Uruguay. Actúa en festivales en todo el país, pero prefiere los recitales, donde interpreta obras argentinas (Yupanqui, Dávalos, Falú) y temas propios. Viajero impenitente, rastrea autores y poetas desconocidos, para incorporarlos a su repertorio. Se lo identifica como "sureño", aunque hace con particular estilo obras del litoral, la región cuyana y la pampa bonaerense, donde más ha vivido. Es autor de más de 70 temas musicales, en letra y música, o música solamente.

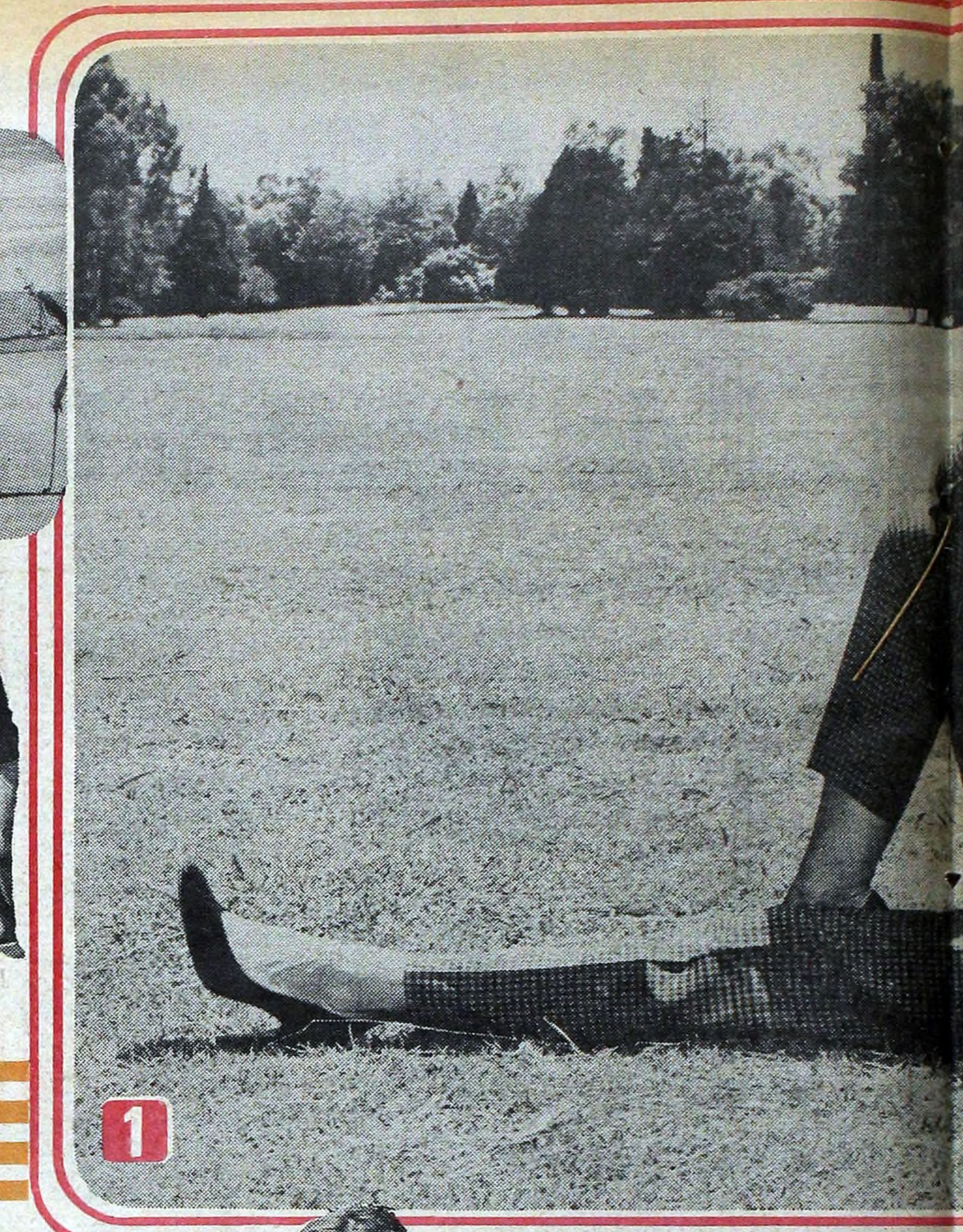
Ella: Experta en comercialización de productos comestibles. Vinculada al movimiento cooperativo. Actualmente, adscripta a la gerencia de una empresa que gira con el rubro de su padre, representando a una cooperativa de producción de la provincia de Buenos Aires.

Viven en el barrio de La Paternal.

¡EXCLUSIVO! LOS ANTICIPOS PARA EL OTOÑO

Pantalones, conjuntos, vestidos . . . el otoño se anticipa con las últimas novedades, que traen más ideas, nuevas propuestas y también el retorno a la línea clásica y discreta.





1



2



3



Este conjunto tipo "pijama" es color bordó con pequeños cuadritos blancos. La camisa es amplia (camisola) y el pantalón pinzado. Acompañan el modelo un pañuelo de seda al tono y con zapatos estilo clásico, de gamuza. 1

Vestido "rectangular" de fibrana mostaza con rayitas negras. La línea es bien formal con hombreras y mangas tres cuartos. Dos grandes tajos a los costados y amplios bolsillos. El cuello termina abotonado en diagonal. 2

Teresa y una armoniosa blusa de seda natural color bordó. Con un detalle aplicado en las hombreras como si fuera una hoja, sin cuello y abotonada adelante. Pollera gris con tajo bien profundo adelante y cinturón de gamuza bordó. 3

Con los primeros pasos del otoño se destaca este vestido de seda violeta con estampado en fucsia. En el modelo resaltan las hombreras, un cinturón bien ancho de la misma tela, y el cuello que se prende con grandes botones. 4

Teresa luce un pantalón de tweed de color beige. La cintura es alta y con dos botones. Los bolsillos con ojal y los bajos tienen botamanga. Lo acompaña con una camisa de fibrana color mostaza con hombreras, charreteras y cuello pequeño. 5

Dirección: Inés Ricur, Malabia 1077, Capital. Producción: Graciela Zito.





Los Simpáticos Buzos Para Niños

BUZOS PARA 2 Y 3 AÑOS

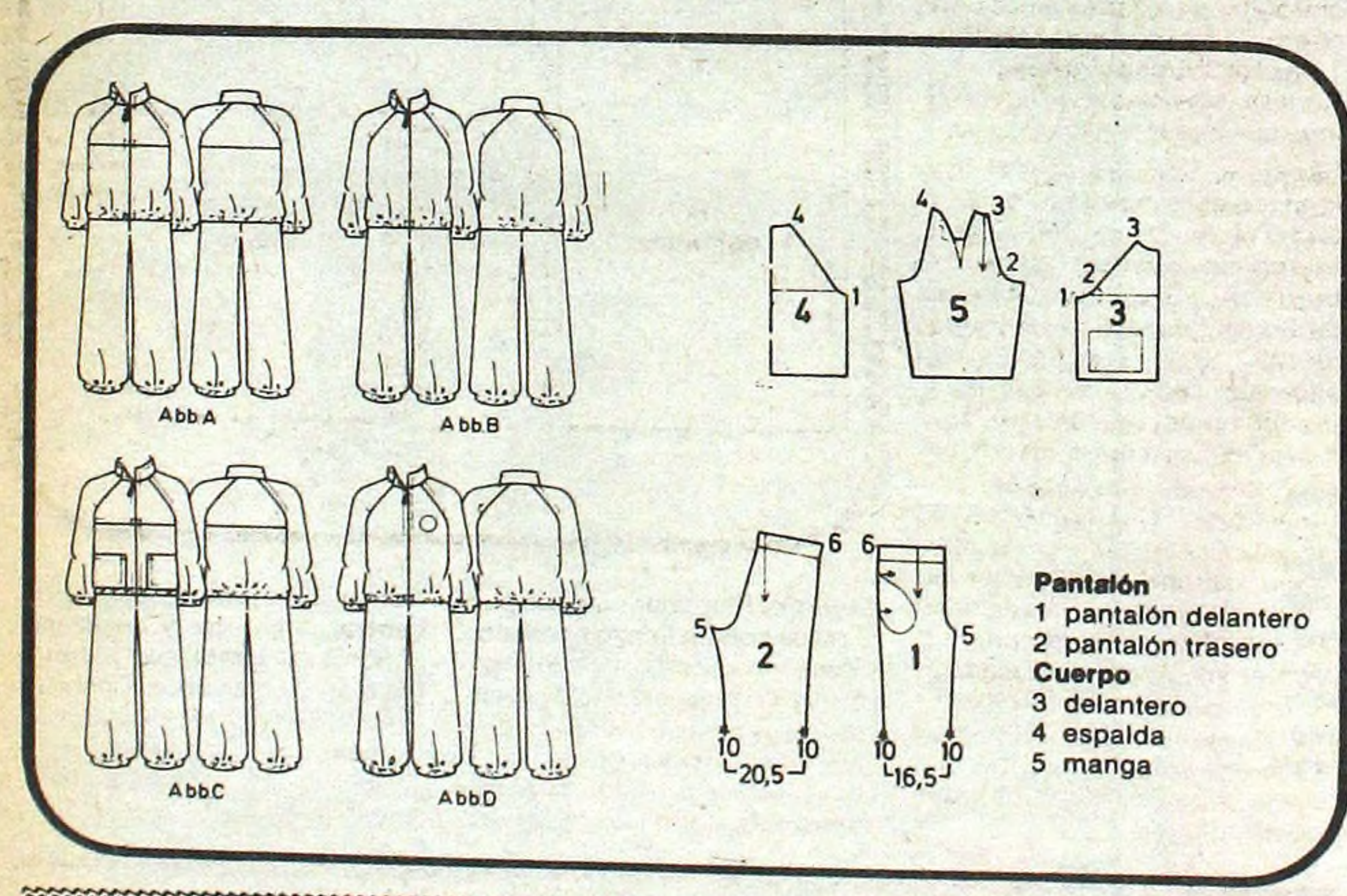
Género y accesorios:

Modelo A: Género color turquesa: 1 m. por 1,40 m. de ancho; color fucsia: 60 cm. por 1,40 m. de ancho.
Modelo B: Género color fucsia: 1,60 m. por 1,40 m. de ancho.
Modelo C: Género azul: 90 cm. por 1,40 m. de ancho; amarillo 70 cm. por 1,40 m. de ancho.
Modelo D: Género azul: 1,60 m. por 1,40 m. de ancho.
Modelos A, B, C, y D: Un cierre desmontable de 35 cm.

Cortar (para todos los modelos): Cuello: 32 cm. por 6 cm. (ancho confeccionado 3 cm.) agregando márgenes para costuras.

MODELO A

Observaciones: Dividir la parte delantera y espalda y cortar las piezas en la tela correspondiente, copiar el fondo del bolsillo del pantalón delantero y cortarlo 4 veces.
Confección: Cerrar todas las costuras a puntada elástica o en punto zigzag.
Pantalón: Cerrar las costuras de los lados observando la abertura del bolsillo. Coser los fondos a las aberturas, colocarlos hacia adelante y unirlos al pespunte. Cerrar las costuras interiores de las piernas y las cost. del tiro. Doblar el borde superior hacia el revés, a lo largo de la línea del doblez, y pasar un pespunte a 3 cm. por debajo del borde del doblez. Doblar los márgenes de los bordes inferiores de las piernas hacia adentro y sujetar con un pespunte a 1,5 cm. del borde del doblez. Introducir elásticos.
Cuerpo: Cerrar las costuras transversales. Planchar los márgenes del costado hacia arriba y pasar un pespunte a 7 mm. de la costura. Cerrar la costuras de los lados y mangas. Colocar las mangas guiándose por las cifras.



Planchar los márgenes hacia las mangas y pespuntear a 7 mm. de la cost., estos pespuntes tendrán un largo de 12 cm. Doblar el margen agregando dobladillo en las botamangas y en el bajo hacia adentro y pasar un pespunte a 1,5 cm. de los bordes de los dobleces, introducir cintas elásticas. En los bordes delanteros, sujetar los extremos del elástico. Doblar los márgenes de la cost. hacia adentro. Hilvanar el cierre en su sitio y sujetarlo con un pespunte a 7 mm. del borde del doblez. Entretelar la tira del cuello por la mitad (en sentido longitudinal). Colocar la tira en doble, derecho con derecho y coser los bordes cortos con pesp. Volver la tira y coser la capa al escote colocando derecho con derecho. Doblar el borde de la capa anterior y coserlo sobre la costura. Pespuntear el cuello a 7 mm. de los bordes.

Modelo B

Corte: Véase la línea de corte.
Confección: Véase modelo A pero sin las costuras divisorias transversales.

Modelo C

Corte: Véase la guía de corte. Copiar el bolsillo del molde de la parte delantera y cortarlo 2 veces agregando 3 cm. para el dobladillo superior.

Confección: Véase modelo A. Doblar los bordes superiores de los bolsillos hacia afuera y coser los bordes laterales a pespunte. Volver y coser los dobladillos. Volver los demás márgenes de los bolsillos hacia el revés y aplicar los bolsillos con pespunte.

Modelo D:

Corte: Véase la guía de corte.
Confección: Véase modelo A, pero sinlas costuras transversales. Aplicar el bordado.

BUZOS PARA 5 Y 6 AÑOS

Género y accesorios:

Modelo A: Tela color turquesa: 1,10 m. por 1,40 m. de ancho. Color fucsia: 70 cm. por 1,40 m. de ancho.

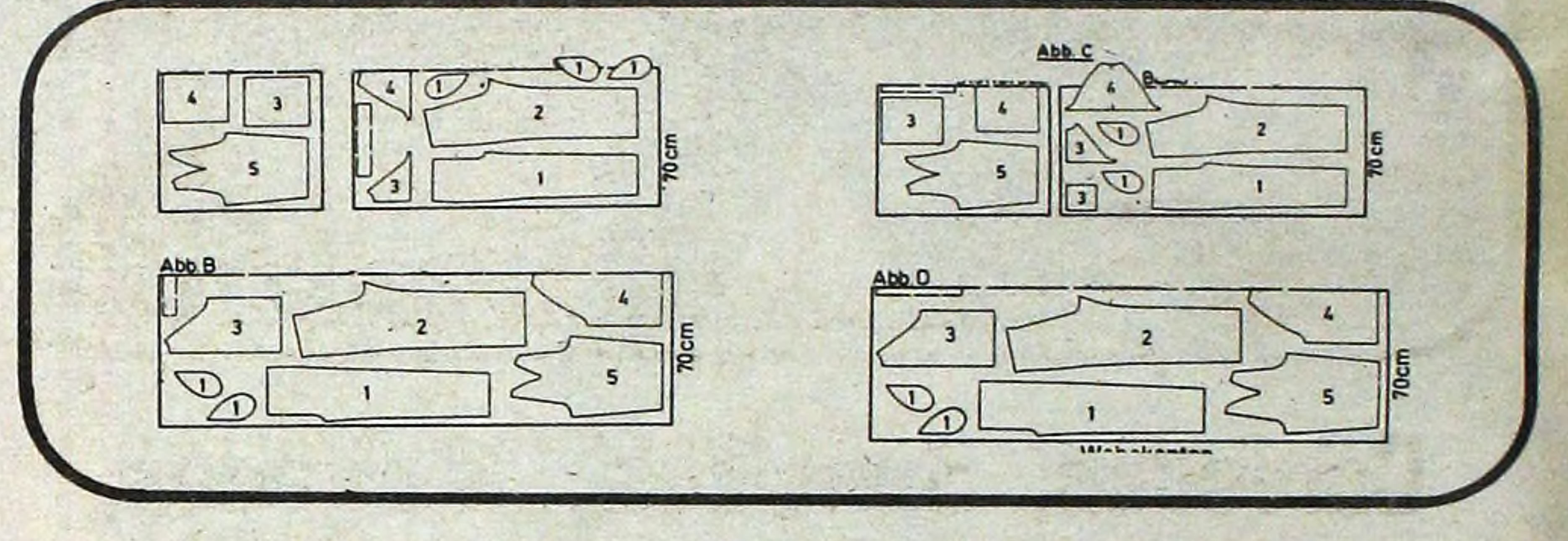
Modelo B: Tela fucsia: 1,80 m. por 1,40 m. de ancho.

Modelo C: Tela azul: 1,20 m. por 1,40 m. de ancho y amarilla 75 cm. por 1,40 m. de ancho.

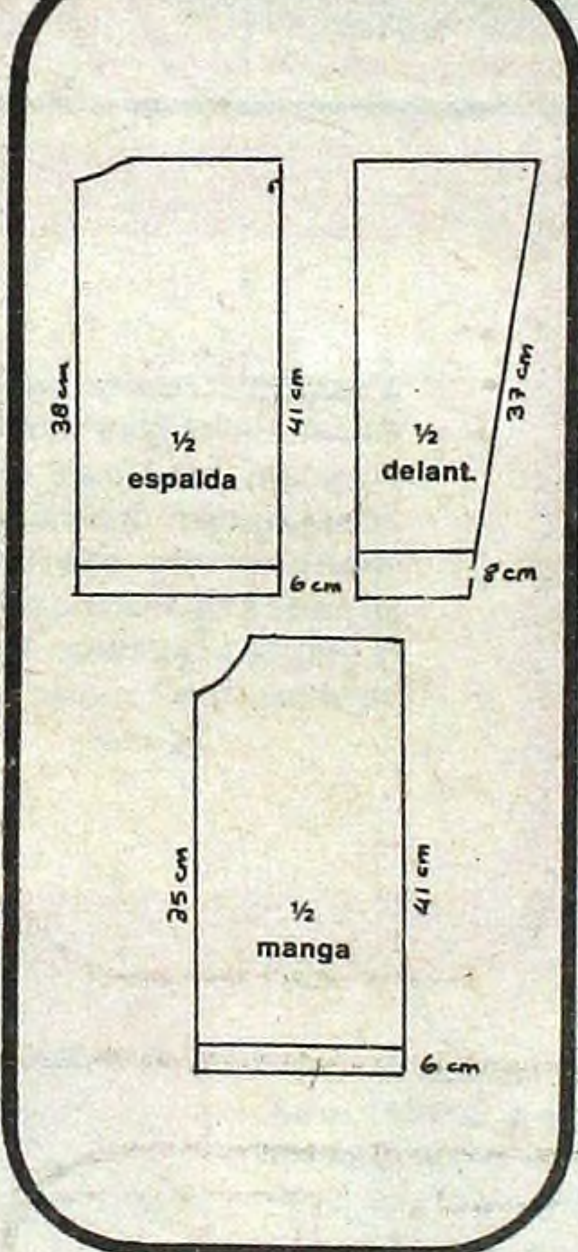
Modelo D: Tela azul: 1,80 m. por 1,40 m. de ancho.

Modelo A, B, C, y D: Cuello: 34 cm. por 6 cm. (ancho confeccionado 3 cm.) agregando márgenes de costura.

Corte y Confección: Véase el mismo modelo anterior.



Pulóver Cuello Redondo, a Rayas





Material: 200 gr. de lana verde musgo, 100 gr. de lana azul, 100 gr. de lana roja, 50 gr. de lana blanca, todas de 4 hebras; un par de agujas Nº 2½ y 3; un cierre automático de 12 cm.
Edad: 8-10 años.
Puntos empleados: Punto jersey: 1 h. der., 1 h. rev. Punto elástico: 1ª h.: 1 m. der, 1 m. rev., 2ª, h. y sig.: tejer las m. como se presenten en el transcurso del trabajo.
Delantera: Con las ag. Nº 2½ y lana verde musgo montar 110 m. y tejer en p. elástico 6 cm. Cambiar a las ag. Nº 3 y seguir tejiendo en p. jersey alternando los colores así: 2 h. blanco, 22 h. azul, 2 h. blanco, 22 h. rojo, 2 h. blanco, 22 h. verde musgo, 2 h. blanco, 22 h. azul, aquí se habrá llegado a la altura de las sisas, continuar recto alternando 2 h. blanco, 22 h. rojo, 2 h. blanco, 6 h. verde musgo, cerrar las 20 m. centrales y continuar con las m. de la izq. dism. para el escote cada 2 h.: 4 m., 3 m., 2 veces 2 m. y 4 veces 1 m., completar las 22 hileras en verde musgo y seguir con 2 h. blanco, continuar con azul. Cerrar el hombro dism. en 5 veces las 30 m. restantes. Hacer el lado derecho de la misma forma.
Espalda: Se teje como la delantera suprimiendo el escote. Al finalizar la última raya verde musgo cerrar las 30 m. centrales, dism. a cada lado cada 2 h. 2 veces 3 m., 2 m. y 2 veces 1 m., al mismo tiempo cerrar para el hombro como se indicó para la delantera.
Mangas: Empezar por los puños, montar con las ag. Nº 2½, 62 m. en verde musgo, tejer 8 cm. en p. elástico y seguir con el p. jersey alternando los colores como se indicó para la delantera aumentando 1 m. cada 1½ cm. Terminar con una raya roja. Cerrar todas las m. de una sola vez.
Tira de escote: Montar 144 m. en verde musgo con las ag. Nº 2½ y tejer 8 cm. en punto elástico. Cerrar las m. como se presentan.
Armado: Planchar el tejido por el revés y con un lienzo húmedo, hacer las costuras de los costados hasta la segunda raya azul. Coser el hombro derecho, hacer las costuras de las mangas y aplicarlas a las sisas. Coser la tira de escote, enfrentando los derechos, volcar hacia adentro y sujetar con puntadas escondidas. Colocar el cierre automático sobre el hombro izq.



Cómodos, Sencillos, Abrigados, Para Lucir en Pareja

PARA EL

Material: 960 gr. de lana gruesa marrón; 1 par de ag. Nº 5. Para talle mediano.

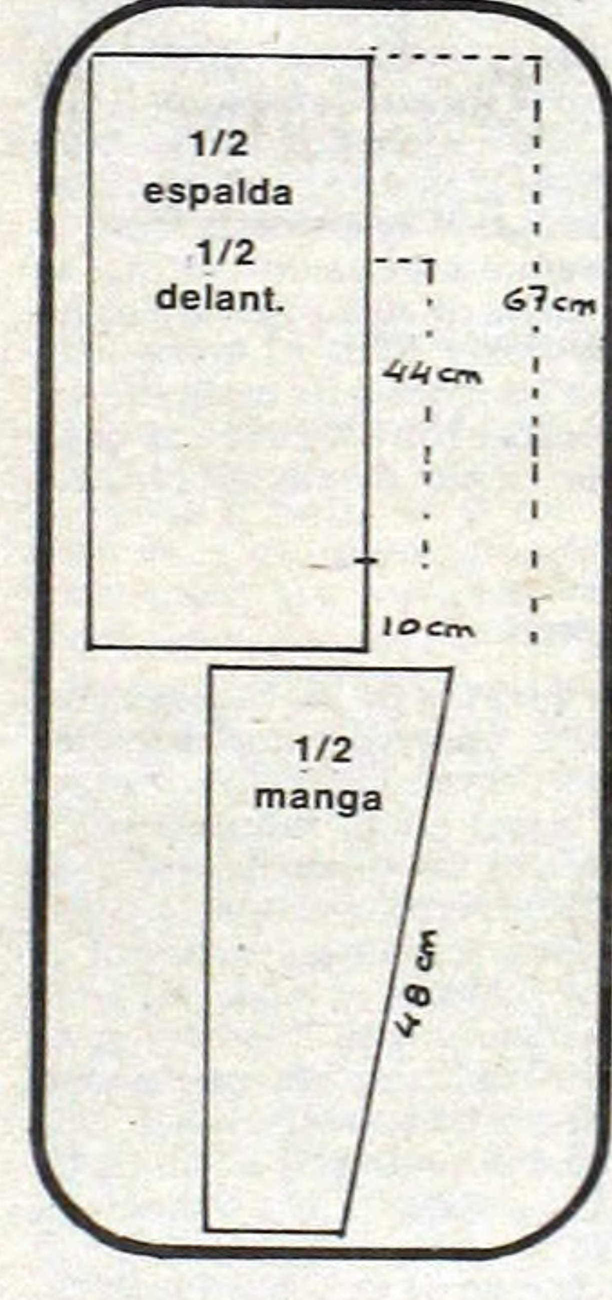
Puntos empleados: Santa Clara: se tejen todas las h. al der.; punto fantasía: 1ª. y 3ª. h. al der.; 2a. h.: 1 m. de borde, x 1 m. d. doble (picar la ag. en la m. que se presente de la h. anterior), 1 m. d. simple x, tejer de x a x.; 4a h.: 1 m. de borde, x 1 m. d. simple, 1 m. d. doble, tejer de x a x. Repetir estas 4 h.

Espalda: Montar 76 m. y tejer 8 h. en p. Sta. Clara, y seguir alternando 8 h. en p. fantasía, 6 h. en p. Sta. Clara hasta que el tejido mida 44 cm. A esta altura tejer las 6 m. de borde en p. Sta. Clara para formar las sisas completar 67 cm. y cerrar todas las m. Terminar con las 6 h. de p. Sta. Clara.

Delantero: Tejer igual que la espalda.

Mangas: Montar 36 m., tejer 8 cm. en p. Sta. Clara aum. 1 m. cada 2 h. A esta altura alternar las rayas como se indicó para la espalda hasta que la manga mida 48 cm. (En el transcurso del trabajo aum. 9 veces 1 m. cada 5 cm.). Cerrar todas las m.

Armado: Hacer las costuras de los costados dejando un tajo de 10 cm. de cada lado y reservando 23 cm. para las sisas. Coser los hombros dejando las 34 m. centrales para el escote. Coser las mangas y aplicarlas.



PARA ELLA

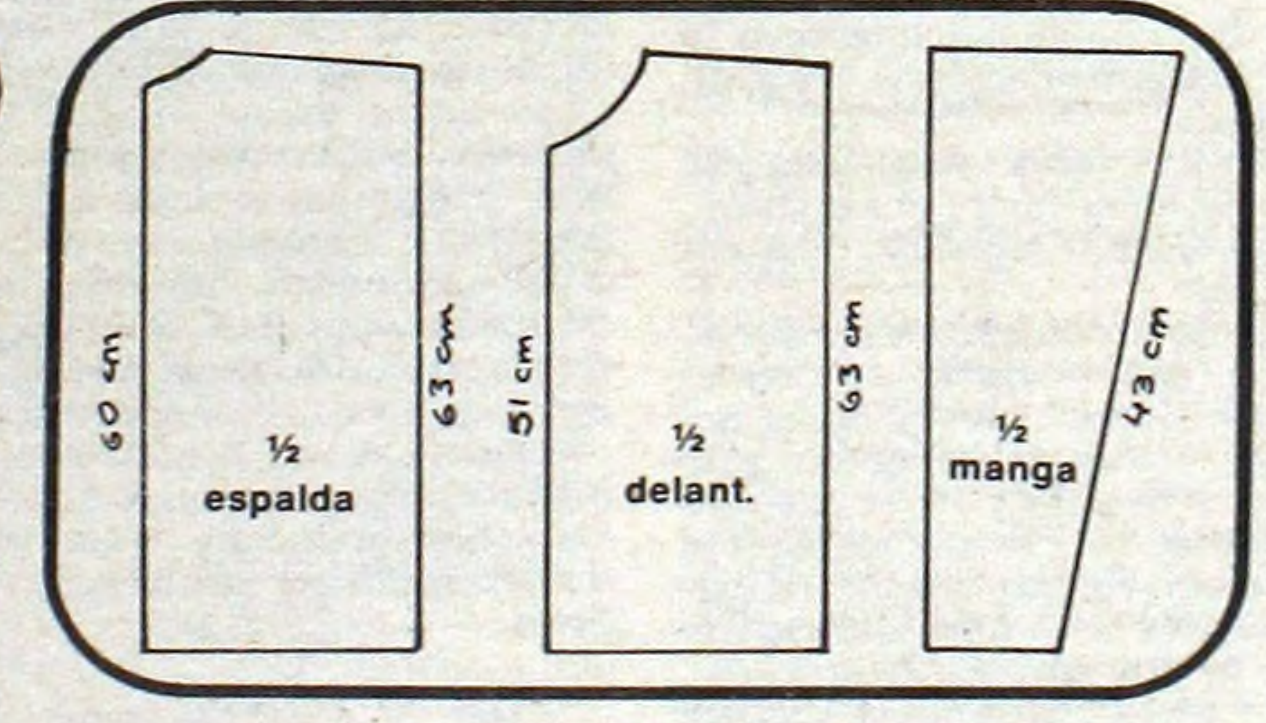
Material: 700 grs. de lana gruesa verde oscuro, 1 par de ag. Nº 5 y 4½. Para talle 44.
Se emplean los mismos puntos que el modelo anterior.

Espalda: Montar 65 m. y tejer 10 h. en p. Sta. Clara, seguir alternando con 8 h. en punto fantasía y 6 h. en p. Sta. Clara hasta completar 60 cm. a esta altura cerrar para el escote las 18 m. centrales, luego 2 m. y 2 veces 1 m., a los 63 cm. cerrar las m. de una vez. Completar el otro lado igual.

Delantera: Tejer igual que la espalda a los 51 cm. de alto total cerrar para el escote las 6 m. centrales, luego 3 m., 2 m., 4 veces 1 m. de cada lado. Tejer hasta completar 63 cm. y cerrar las m. restantes de una vez.

Mangas: Montar 38 m. en p. Sta. Clara tejer 10 h. luego alternar como se indicó anteriormente. En el transcurso del trabajo aum. 10 veces 1 m. de cada lado cada 4 cm. A los 43 cm. de alto total cerrar las m. de una vez.

Armado: Coser todas las costuras, reservando 20 cm. para las sisas y dejar un hombro abierto. Con las ag. Nº 4½ levantar 96 m. alrededor del escote y tejer lo h. en P. Sta. Clara. Cerrar las m. flojo. Coser las costuras de las mangas y del hombro que se había dejado abierto y aplicar las mangas.





MINIMOLDES ★ TEJIDOS
★ ACCESORIOS ★

"Ponchitos" Para Mamá y la Nena

"PONCHO" PARA MAMA



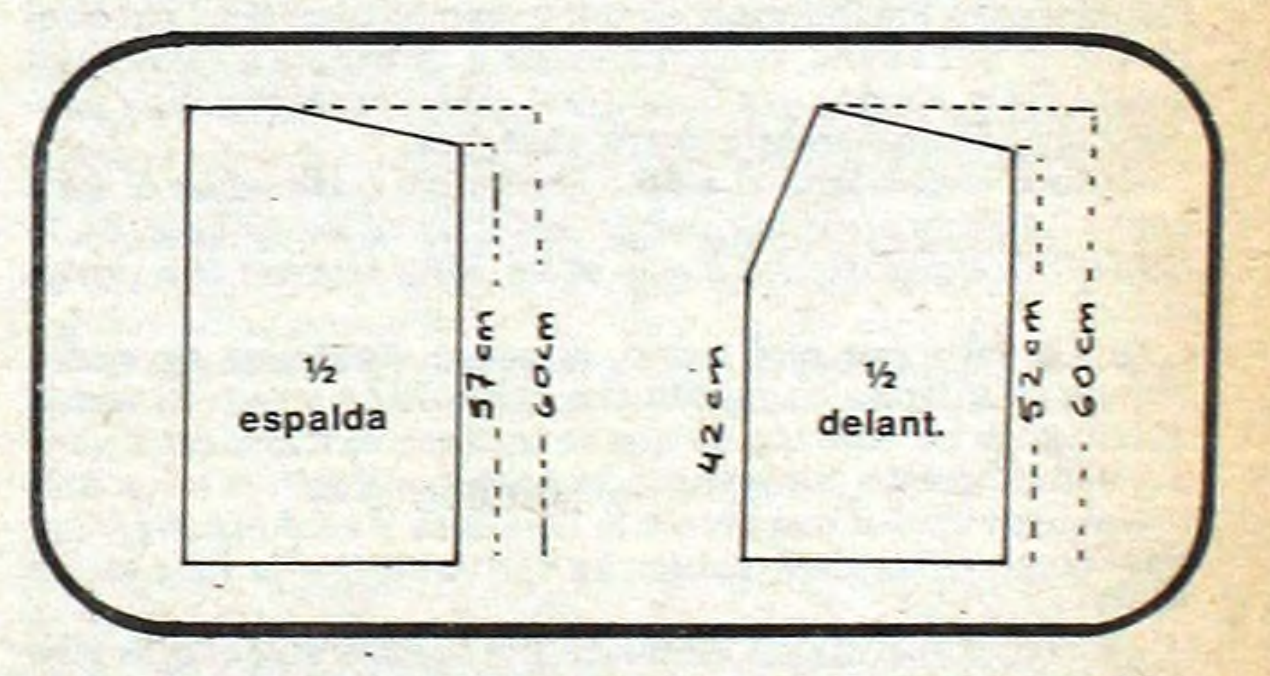
Material: 200 gr. de lana celeste, 80 gr. de cada uno de los siguientes colores: rosa oscuro, rosa claro, verde oscuro, verde claro y blanco. Todas lanas de 4 hebras, un par de ag. Nº 2½ x un par Nº 3. Para talle 44.

Puntos empleados: Punto Santa Clara: todas la h. al der.; Punto Jacquard: (punto jersey: 1h. al der., 1h. al rev.) siguiendo el diagrama; punto elástico: 1 m. al rev., 1 m. al der., 2ª h. e h. siguientes las m. como se presentah en el transcurso del trabajo.

Espalda: Con la ag. Nº 3 y lana celeste montar 120 m. y tejer 18 h. en p. Sta. Clara, luego continuar así: 10 m. de borde en punto Sta. Clara 100 m. en punto Jacquard, 10 m. de borde en punto Santa Clara. A los 57 cm. de alto total cerrar de cada lado para los hombros: 3 veces 9 m., 2 veces 6 m., 1 vez 4 m. A los 60 cm. cerrar las 34 m. centrales de una vez.

Delantero: Tejer igual que la espalda. A los 42 cm. de alto total dividir el tejido por la mitad y continuar cada lado por separado cerrando para el escote: 10 veces 1 m. cada 4 h. 7 veces 1 m. cada 2 h. A los 57 cm. cerrar los hombros, como se indicó para la espalda. A los 60 cm. de alto se habrán agotado todas las m.

Armado: Planchar el tejido ligeramente por el revés con un lienzo húmedo. Coser un lana celeste. Levantar las m. alrededor del escote, tejer en p. elástico dism. 1 m. a cada lado de la m. central adelante hombro con las ag. Nº 2½ y en todas las h. al der. (tomar 2 m. juntas, tejer la m. central, tej. 1 m. y deslizarla sobre la siguiente). Completar 12 hileras y cerrar flojo. Coser el hombro y los costados dejando abierto 22 cm. aproximadamente para las sizas.



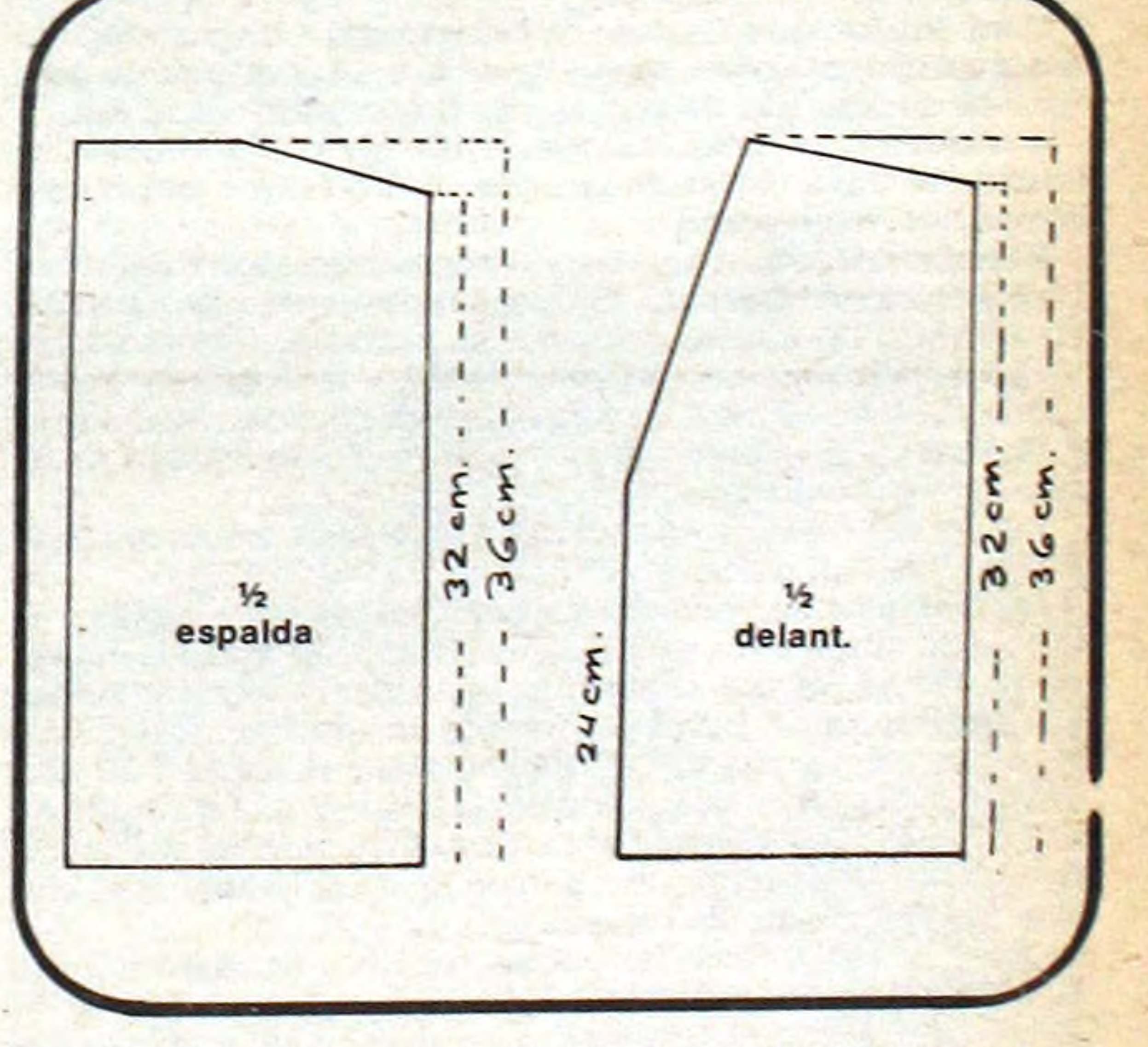
PONCHO PARA LA NENA

Material: 150 gr. celeste, 50 gr. de cada uno de los siguientes colores: rosa oscuro, rosa claro, verde oscuro, verde claro y blanco; todas lanas de 4 hebras; 1 par de agujas Nº 2½ y 1 par Nº 3. Edad 5 años.

Puntos empleados: los mismos que en el modelo anterior.

Espalda: Con las ag. Nº 3 y lana celeste montar 76 m. y tejer 14 h. en p. Sta. Clara. Luego seguir así: 16 m. de borde en p. Sta. Clara, 64 m. en punto Jacquard, 6 m. de borde en Sta. Clara. A los 32 cm. de alto total cerrar de cada lado por los hombros: 4 veces 7 m., a los 36 cm. cerrar las 20 m. centrales de una sola vez.

Delantero: Tejer igual que la espalda a los 24 cm. de alto total, dividir el tejido por la mitad y continuar cada lado por separado cerrando para el escote: 1 m. por 5 veces, cada 2 h., 2 m. por 5 veces cada 4 h. A los 32 cm. cerrar los hombros como se indicó para la espalda. A los 36 cm. se habrán agotado las m.



Armado: Planchar el tejido por el revés con un lienzo húmedo. Coser un hombro, con las ag. Nº 2½ y lana celeste levantar las m. alrededor del escote y tejer en p. elástico, dism. 1 m. a cada lado de la m. central adelante en todas las h. al der. (tomar 2 m. juntos, tejer la m. central, tej. 1 m. y deslizarla sobre la siguiente) completar 8 hileras y cerrar flojo. Coser el hombro. Con hebras celestes formar los cordones y colocarlos en los costados como muestra la foto.

EL LEGENDARIO OESTE AMERICANO

Bret Harte es uno de los más populares cuentistas norteamericanos, aun cuando su obra se halla poco difundida en nuestro idioma. Una edición de "Fausto" de años recientes ha venido a llenar ese injusto vacío.

El escenario de los cuentos de Harte es el legendario viejo Oeste americano. Y sus personajes, buscadores de oro, aventureros, rufianes, tahúres, mujeres de mala vida; con ese material —que nutriera una buena parte de la producción cinematográfica norteamericana— Harte compone una saga original, de elevado lirismo.

"Los proscriptos de Poker Flat" es un buen ejemplo de lo que se dice. Un tahúr, dos mujeres de vida licenciosa y un ladrón estragado por el alcohol, son expulsados de un pueblo. Tras algunas vicisitudes comparten un precario campamento con una pareja de inocentes jóvenes que huye de otro poblado con la intención de casarse.

Bret Harte refleja en este impecable relato su visión de ese pequeño mundo donde seres azorados, indefensos y tumultuosos, se encuentran con la personificación de la pureza y el amor. Por debajo de una prosa sencilla, Harte desliza un candoroso y profundo respeto a la condición humana.

Surge así una visión inédita de ese viejo Oeste —esquemático, rudo, imprevisible— y se instalan en la imaginación del lector otros seres, que huyen de los estereotipos que les son adjudicados, precisamente para afirmar y defender su condición humana. El delicado realismo de Bret Harte lo señala como uno de los más notables narradores de la épica americana.

EL CUENTO ELEGIDO PARA USTED

LOS PROSCRIPTOS DE POKER FLAT

Bret Harte

(Parte final)

EL señor Oakhurst, presa de momentánea excitación, se dirigió junto a la hoguera, donde recobró su tranquilidad habitual. Optó por no despertar a sus compañeros. El Inocente, cuyo rostro jovial y pecoso estaba iluminado por una sonrisa, dormía plácidamente. La virginal Piney hacía lo propio, entre sus frágiles hermanas, cual si estuviese protegida por guardianes celestiales. El señor Oakhurst, luego de cubrirse los hombros con la frazada, se mesó los bigotes y esperó el amanecer, que hizo su lenta aparición, envuelto en un desconcertante torbellino de copos de nieve tan espesos que obstaculizaban la visión. Lo poco que podía verse del paisaje parecía haber cambiado como por arte de encantamiento. El señor Oakhurst dirigió la mirada hacia el valle y en solo cuatro palabras definió el presente y el futuro:

—¡Aprisionados por la nieve!

Un minucioso recuento de los víveres disponibles, que, por fortuna para los integrantes del grupo habían sido almacenados en la cabaña, escapando así a la traidora rapacidad del tío Billy, sirvió para demostrar que con sobriedad y prudencia podrían subsistir otros diez días.

—Claro está —dijo el señor Oakhurst sotto voce al Inocente— siempre que tú quieras facilitarnos los víveres. De lo contrario, esperaremos a que el tío Billy regrese con provisiones.

Quién sabe por qué razón, el señor Oakhurst no quiso revelar la infamia cometida por el tío Billy y por tal razón aventuró la presunción de que se hubiera extraviado al salir del campamento, ahuyentando accidentalmente a los animales. Advirtió al respecto a la Duquesa y a mamá Shipton, que, como es natural, sabían la verdad sobre la fuga de su socio.

—Si les damos oportunidad de que se enteren del más leve indicio —añadió, en forma muy significativa— sabrán la verdad acerca de todos nosotros y no hay motivo para asustarlos ahora.

Tom Simson no solo puso de buen grado a disposición del señor Oakhurst todo cuanto llevaba, sino que parecía gustarle la perspectiva de una escala prolongada como ésa.

—Haremos un buen campamento para una semana y, cuando se haya derretido la nieve, todos juntos emprenderemos nuestro camino.

El sincero alborozo del joven y el apacible aplomo del señor Oakhurst sirvieron para infundir optimismo a los demás. Mediante unas ramas de pino, el Inocente improvisó un techo para la cabaña, que no lo tenía, y la Duquesa, con la colaboración de Piney, arregló su interior con tan buen gusto y distinción que provocó el asombro y admiración de la muchacha provinciana.

—Bien se ve que usted está habituada a las lindas casas de Poker Flat —dijo Piney.

La Duquesa se volvió bruscamente, para no mostrar el rubor que subía a sus mejillas, haciendo aún más intenso el rojo artificial con que se adornan las mujeres de su profesión. Mamá Shipton le pidió entonces a la muchacha que "no charlase". Pero, cuando el señor Oakhurst regresó de una infructuosa y difícil búsqueda por el sendero oyó el sonido de alegres risas, cuyos ecos eran devueltos por las rocas. Se detuvo, un tanto alarmado, pensando en la bebida que, con toda prudencia, había escondido.

—Sin embargo, esto no parece ser obra del aguardiente —pensó para sí el jugador.

Solo al divisar el resplandor de la lumbre, a través del temporal, cuya intensidad no se había atenuado, y al ver el grupo reunido en torno de las llamas, pudo convencerse positivamente de que aquello era sana alegría.

No sé a ciencia cierta si el señor Oakhurst había escondido sus naipes junto con el alcohol, como algo que le estaba vedado a la comunidad, pero el caso es que, al decir de mamá Shipton, aquella noche "ni una sola vez habló de barajas". Un acordeón, que con cierta ostentación desempacó Tom Simson de su equipaje, contribuyó quizás a que mataran el tiempo. A pesar de algunos inconvenientes que surgieron en el manejo de este instrumento, Piney logró arrancarle alguna que otra remisa melodía, que el Inocente acompañaba con un par de castañuelas de hueso. Sin embargo, la pieza culminante de la velada fue un tosco himno campestre que los novios entonaron con gran gravedad y fervor, manteniendo sus manos entrelazadas, con devota unción religiosa. Temo que, más que la devoción, hayan sido el tono desafiante y el impulso reformista que se advertía en el coro, las causas que instaron a los demás a acompañar el estribillo:

"Siento orgullo en servir al Señor
Y me obligo a morir en Su Ejército."

Los pinos se mecían, la tempestad arreciaba sobre el mísero grupo y las llamas de su altar se alzaban hacia el firmamento, cual testimonio de un voto.

A medianoche cedió la reciedumbre del temporal, se disiparon los espesos nubarrones y las estrellas brillaron con intensa refulgencia sobre el dormido campamento. El señor Oakhurst, cuyos hábitos profesionales lo habían acostumbrado a vivir con la menor cantidad posible de horas de sueño, compartió con Tom Simson la guardia nocturna, de tal suerte que, la mayor parte de esta obligación recayó sobre él. Explicó después al Inocente su capacidad para resistir el sueño, diciéndole que, con mucha frecuencia, había pasado hasta una semana entera sin dormir.

—¿Haciendo qué? —inquirió Tom.

—¡Poker! —respondió Oakhurst sentenciosamente, agregando—: Cuando un hombre llega a tener una pródiga racha de suerte, no se cansa. La suerte... cosa extraña —continuó pensativo el jugador—. Todo lo que se sabe positivamente de ella es que debe cambiar. Y es precisamente el anhelo de descubrir cuándo cambiará el incentivo que lo mantiene a uno despierto. Una racha de mala suerte nos ha acosado desde que partimos de Poker Flat. Al unirse con nosotros, tú también has caído en las redes de la mala suerte. Si puedes mantener tus naipes hasta el final de la partida, te irá bien. Porque —añadió Oakhurst, con disimulada irreverencia:

"Siento orgullo en servir al Señor
Y me obligo a morir en Su ejército."

Llegó el tercer día, y mirando a través de las blancas cortinas de sol que cubrían al valle, observó cómo aquellos proscriptos repartían sus magras provisiones de alimentos. Una de las características de aquel clima montañoso la constituían la prodigalidad con que los rayos del sol irradiaban un benéfico calor sobre el invernal paisaje, asolado por el rigor del viento, cual si estuviesen pesarosos por el pasado. Pero el sol también iba revelando, una tras otra, las capas de nieve, amontonadas hasta gran altura alrededor de la choza. Era ése un mar de infinita blancura, sin esperanzas, sin rutas, desconocido, que se extendía allende esas playas graníticas, donde todavía se asían los náufragos. El humo de la pastoril aldea de Poker Flat elevábase, a la distancia, a través de la maravillosa diafanidad del aire. Mamá Shipton lo divisó, y, desde la más alta cima de su notable fortaleza, lanzó en dirección al pueblo una última maldición. Era su postrer blasfemia y, quizá por ello, estaba imbuida de cierta sublimidad.

—Me siento desahogada —dijo confidencialmente a la Duquesa, terminando con esta recomendación—: Sal y dirígeles un buen insulto; ya verás...

Más tarde se dedicó a divertir a la "niña", como ella y la Duquesa gustaban llamar a Piney; quien no era una criatura, pero, como no blasfemaba y era decente, aquélla resultaba una teoría consoladora para ellas.

Cuando la noche volvió a agolpar sus sombras sobre el valle, desde las vacilantes llamas de la hoguera se elevaron, plañideros, en caprichosa intermitencia, los acordes del acordeón. Sin embargo, la música no lograba llenar el mustio vacío dejado por la escasez de los víveres y Piney propuso una nueva diversión: narrar cuentos. Ni el señor Oakhurst ni sus compañeras deseaban, en modo alguno, relatar sus personales experiencias. Esta iniciativa de la niña hubiera fracasado también, a no ser por lo que propuso el Inocente, quien, habiendo hallado, por mera casualidad algunos meses antes, un ejemplar extraviado de una versión ingeniosa de La Ilíada, por el señor Pope, sugería contar, en la jerga de Sandy Bar, los pasajes más importantes de ese poema, cuyo argumento recordaba bastante bien, no así las palabras originales. Y, de este modo, aquella noche, los semidioses homéricos estuvieron de regreso sobre la faz de la Tierra. El matón troyano y el griego sagaz libraron cruenta lucha en el viento, y los pinos gigantes de la cañada parecían inclinarse ante la ira del hijo de Peleo. El señor Oakhurst escuchaba con sereno deleite, pero su vivo interés se concentró, principalmente, en la suerte que había corrido "Asquiles", como el Inocente se empeñaba en llamar a Aquiles, el de los pies ligeros.

De tal suerte, con magros alimentos, abundante Homero y acordeón, llegó a su término la primera semana de vicisitudes de los desterrados. El sol volvió a abandonarlos y arreciaron nuevamente los tupidos copos de nieve que caían del plomizo cielo. El círculo de nieve que los iba circundando se hacía cada vez más estrecho, hasta que, por último, vieron desde su prisión cómo se erigían, gradualmente, resplandecientes muros de nieve, a veinte pies por encima de sus cabezas. Cada vez se hacía más difícil la tarea de alimentar el fuego; los árboles caídos junto a ellos estaban casi sepultados por la nieve. A pesar de ello, nadie se lamentaba. Los novios eludían reparar en tan tétrica perspectiva y buscaban felicidad mirándose en los ojos. El señor Oakhurst, como cuadra el jugador inveterado, acogió con fría resignación la partida desfavorable que tenía por delante, que ya se le antojaba perdida. La Duquesa, visiblemente reanimada, se hizo cargo del cuidado de Piney. Mamá Shipton, que hasta entonces había sido la más fuerte del grupo, denotaba hallarse enferma y triste. El décimo día, a medianoche, llamó a Oakhurst, que se hallaba a su lado.

—Me muero —susurró con voz débil y plañidera—. Pero no diga nada. No despierte a los chicos. Tome el paquete que está debajo de mi cabeza y ábralo.

El señor Oakhurst así lo hizo. El envoltorio contenía, intactas, las raciones de Mamá Shipton para la última semana.

—Déselas a la muchacha —le dijo, señalando a Piney, que estaba dormida.

—Usted se está muriendo de inanición —dijo el jugador.

—Así lo llaman —replicó la mujer quejumbrosamente. Y mientras se tendía nuevamente, volviendo el rostro hacia la pared, expiró.

Ese día dejaron de lado el acordeón, las castañuelas y Homero. Cuando el cadáver de Mamá Shipton fue entregado a la nieve, el señor Oakhurst llamó al Inocente y, mostrándole un par de zapatos para la nieve que había confeccionado con los restos de una vieja albarda, lo alejó de los demás.

—Todavía hay una probabilidad contra cien de salvarla —le dijo, señalando a Piney—. Pero esa probabilidad está allá, en esa direción— añadió, indicando Poker Flat—. Si puedes llegar en dos días, se salvará.

—¿Y usted? —preguntó Tom Simson.

—Yo me quedo aquí —respondió lacónicamente.

Los novios se despidieron, con un prolongado abrazo.

—¿También se va usted? —preguntó la Duquesa, al ver que el señor Oakhurst parecía esperar a Tom para acompañarlo.

Se volvió, de pronto, y besó a la Duquesa, dejando enrojecido su pálido rostro y rígidos de estupefacción sus trémulos miembros.

La noche volvió a hacerse presente, pero no así el señor Oakhurst. Otra vez la tempestad y la nieve arreciaban. Al atizar el fuego, la Duquesa vio que alguien había apilado leña, silenciosamente, junto a la cabaña, en cantidad que podía ser suficiente para unos días más. Las lágrimas asomaron a sus ojos, pero no dejó que Piney las viera.

Las mujeres durmieron un poco, pero, por la mañana, al mirarse cara a cara, tuvieron clara conciencia de su destino común. No hablaron, pero Piney, asumiendo el papel de la más fuerte se acercó a la Duquesa y, rodeándola con los brazos, la acercó cariñosamente hacia sí. En esta actitud permanecieron largo rato. Por la noche, la tormenta cobró violencia inusitada, destruyó las ramas protectoras e invadió la cabaña.

Hacia el amanecer ya no pudieron avivar el fuego, que se apagó lentamente. A medida que el rescoldo se iba ennegreciendo, la Duquesa se apretujaba junto a Piney y, por último, rompiendo el silencio de tantas horas, le preguntó:

—¿Sabe usted rezar?

—No querida —contestó la muchacha con dulzura.

Sin saber exactamente por qué, la Duquesa se sintió aliviada y, apoyando la cabeza sobre el hombro de Piney, no dijo más. Y así, reclinadas, la más joven y candorosa ofreciendo a su pecadora hermana la pureza de su regazo, ambas quedaron dormidas.

El viento amainó su furia, como temeroso de despertarlas. Los tupidos copos de nieve, que se desprendían de las ramas de los gigantescos pinos, caían sobre ellas, mientras dormían, cual pájaros con blancas alas. La luna atisbaba, por entre las disipadas nubes, lo que había sido el campamento. Pero la más recóndita mácula humana, el más tenue vestigio de terrenal zozobra, habían quedado ocultos bajo el manto impoluto, arrojado misericordiosamente desde arriba.

Durmieron ambas durante todo ese día y el siguiente, y tampoco despertaron cuando el bullicio de voces y pasos humanos rompió el silencio de aquel lugar. Y cuando manos piadosas quitaron la nieve de los rostros muertos, no hubiera podido decirse, confundidas en la idéntica paz y dignidad que las hermanaba, cuál era la pecadora. Hasta la propia ley de Poker Flat lo reconoció así y se retiró, dejándolas enlazadas en aquel postrer abrazo.

A la entrada de la garganta, en uno de los pinos más corpulentos, encontraron el dos de bastos, que había sido clavado con un cuchillo sobre la corteza. Leíase la siguiente inscripción, a manera de epitafio, escrita con lápiz, por mano firme:

DEBAJO DE ESTE ARBOL YACE EL CUERPO
DE JOHN OAKHURST,
QUE SE ENCONTRO CON UNA RACHA
DE MALA SUERTE
EL 23 DE NOVIEMBRE DE 1850
Y ENTREGO SUS FICHAS
EL 7 DE DICIEMBRE DE 1850.

Frío y sin pulso, teniendo a su lado un revólver y una bala en el corazón, siempre con la serenidad que tuvo en vida, yacía allí, bajo la nieve, quien fuera otrora el más fuerte, y también el más débil, de los proscriptos de Poker Flat.

La Salud de la Madre y el Niño



Nacimiento de Prematuros, una Dramática Experiencia

Dres. Héctor Finkelber — Héctor Bergier

Un alto porcentaje de nacimientos prematuros —del 5 al 12% según las diversas regiones del país— señala la gravedad de un problema que puede ser prevenido y aún evitado con el auxilio de la medicina.

A pesar de los avances de la ciencia sigue siendo muy elevado el porcentaje de nacimientos prematuros que se registran en el país —entre un 5 y un 12%— según el ámbito, rural o urbano, y el desarrollo socioeconómico de la región.

El cuidado y control médico en las diversas etapas de gestación, una alimentación adecuada y la preservación de un ambiente saludable —al amparo de choques emocionales, accidentes y otras perturbaciones— permiten llegar al parto en términos normales.

Clínicamente, se considera que un niño es prematuro cuando nace con un peso menor a 1.800 gramos; la inmadurez del recién nacido le impide cumplir con eficacia ciertas funciones vitales y, al mismo tiempo, lo hace más proclive a contraer enfermedades e infecciones. Subsidiariamente, pueden presentarse perturbaciones en el sistema nervioso central, que un examen neurológico permite reconocer.



CAUSAS

Son múltiples y variadas. Hay condiciones que la favorecen: embarazos múltiples, trastornos en la nidación uterina (infecciones endócrinas), causas uterinas locales (placenta previa, útero con rigidez vascular, madre diabética) y toxemia gravídica. **Enfermedades de la madre:** infecciosas, virales, parasitarias (sífilis, toxoplasmosis). **Afecciones crónicas** (insuficiencia cardíaca, renal. **Intoxicaciones:** tabaquismo. También las **enfermedades del feto** pueden condicionar prematurez (incompatibilidad feto-materna).



FISIOPATOLOGIA DEL PREMATURO

Durante el transcurso de la vida intrauterina, la función respiratoria depende de la placenta. El feto asegura sus cambios gaseosos a través de la circulación umbilical-placentaria. Al pasar de la vida acuática (esto es, el ambiente intrauterino) a la atmosférica, el prematuro se encuentra insuficientemente preparado para respirar, por dos razones: inmadurez de sus estructuras anatómicas y de sus funciones fisiológicas.

Asimismo, el prematuro carece de defensas para enfrentar la variación brusca de la temperatura (que tenía en el útero a la ambiental); las razones son múltiples: menor panículo adiposo, inmadurez del centro (nervioso) que regula la temperatura, posición en extensión (no en flexión como el recién nacido normal) de su cuerpo, que determina un aumento de la superficie corporal y por ende más facilidad para enfriarse, menor trabajo muscular, ello por su hipotonía, etcétera. También existe una mayor sobrecarga a otros niveles en función de su mala adaptación —por inmadurez— ya sea en referencia a sus funciones metabólicas, cardiocirculatorias, nerviosas y de inmunidad.

Todo ello lleva a que los **cuidados que en el prematuro** deben efectivizarse sean muy especiales en lo que hace a:

Termorregulación. Esto se logra (mantener una temperatura adecuada y constante en el prematuro, 36°5) con el aparataje moderno actual: incubadoras tipo Isolette, que en ocasiones son las que se encargan de mantener una temperatura constante en el pretérmino (actuando como termostatos), o sea que si el recién nacido no regula su temperatura, será la incubadora la que se encargue de mantenerla constante.

Infección. Los cuidados en relación con la asepsia son los que marcan de por sí, sin equívocos, la necesidad de mantener el ambiente donde se halla el prematuro en la dimensión y jerarquía de una sala de operaciones; esto es porque sabemos perfectamente que la predisposición a las infecciones es mucho mayor en estos niños, ya que la inmadurez de los sistemas inmunitarios es la regla en ellos. Es de rigor y debe ser obligación el uso sistemático de camisolín, barbijo y botas en la atención, cuidados y alimentación en todo el personal que maneje a estos niños.

Alimentación: Está en función de su peso y por ende también del grado de maduración. Así por lo general los de peso inferior a 1.500 gramos serán alimentados con sonda nasogástrica (tienen succión débil y existe el riesgo de que vomiten y aspiren el alimento con el consiguiente peligro de ahogo respiratorio). Dicha alimentación se complementará con sueros endovenosos, con lo que se cubre la necesidad calórica total. Cuando el peso es superior a 1.600 gramos se puede intentar alimentar por succión, siempre y cuando la maduración esté de acuerdo con su peso.

Las primeras horas de alimento, solo deben ser de prueba a la tolerancia oral, ya sea con agua destilada o bien como proponen otros, con suero glucosado.

Para la alimentación rigen las mismas premisas en lo que hace a la asepsia, que las que se emplean al manejar al prematuro en la incubadora.

De manera que el personal de puericultura a cargo de dichas tareas debe estar perfectamente adiestrado para estas funciones, cuidados y esterilidad de instrumental, sondas, mamaderas, etcétera. Con respecto a la antigua creencia de que al prematuro hay que alimentarlo tardíamente (24 a 48 horas del nacimiento) esto no es válido, muy por el contrario la alimentación tiene que ser lo más precoz posible: a las 6 horas o antes. El ayuno prolongado disminuye las escasas reservas de glucosa del bebé con las consecuencias que más adelante mencionaremos.

Oxigenación: En algunos casos debido a la insuficiencia respiratoria y—o cardíaca; o por **inmadurez neurológica**, se hace necesaria la administración de oxígeno. Esta es una indicación de resorte médico neonatológico. Su administración no presupone gravedad, ni maduración. Resumiendo, el prematuro debe estar en un ambiente de calor y aislamiento (incubadora) con alimentación regulada y calculada, teniendo en cuenta que en casos especiales se hará necesaria la administración de oxígeno.

ENFERMEDADES MAS COMUNES EN EL PREMATURO

—Enfermedades respiratorias: Se traducen por dificultad en la respiración inmediatamente después del nacimiento o a las pocas horas del mismo, y será tanto más intensa cuando mayor sea el grado de inmadurez.

—Ictericia: En los prematuros, este síntoma (color amarillento de la piel y mucosas, por el aumento de bilirrubina) es muy frecuente y también aquí tiene como causa común la inmadurez, que en este caso es a nivel de las enzimas que gobiernan la función hepática.

óHipoglucemia: Hecho frecuente en el prematuro (consiste en el descenso de los niveles de glucosa de la sangre en relación con los considerados como normales). Es debido a que el prematuro posee escasas reservas de dicho carbohidrato en el momento de nacer, a diferencia del recién nacido en término que alberga como ahorro, mucha mayor cantidad. Su descenso en la sangre acarrea síntomas que el neonatólogo debe detectar precozmente para evitar complicaciones que pueden llegar a ser de cuidado. Su profilaxis —algo ya hemos adelantado— es el aporte de glucosa a las pocas horas del nacimiento.

—Infecciones: Sobre este tema ya hemos hablado, solo queremos recalcar que su gravedad es mucho mayor que en la de un recién nacido en término (menos inmunitarios).

—Complicaciones neurológicas: Son poco deseables por sus secuelas de grado e intensidad muy variables. En el feto obedecen fundamentalmente a la fragilidad capilar y a su escaso peso.

—Malformaciones congénitas: Son más frecuentes en el prematuro que en el recién nacido normal.

MORTALIDAD DEL PREMATURO

En función del peso, es mayor la mortalidad cuanto menor peso tiene. Varía también en relación con la edad gestacional.

La misma será distinta, según el país considerado y dentro de él la región. La frecuencia también variará de acuerdo con la clase social, los recursos económicos, la edad de la madre (es más frecuente en las adolescentes y solteras).

(Este artículo corresponde al capítulo IV del libro "Pediatría para padres" y se publica con autorización de los editores, COLIHUE-HACHETTE)



URGENTE! ... NECESITO NOVIO! QUIERO AMIGOS! BUSCO GENTE!



Correo Sentimental
Crónica de la Mujer
Azopardo y Garay
1063 - Buenos Aires

SOLEDAD DIFICIL

Tengo 40 años y deseo intercambiar correspondencia con una mujer de mi misma edad, con la finalidad de conocerla y establecer una seria relación. Considero que la soledad es algo muy difícil de sobrellevar. Me despido de ustedes muy atentamente. Osvaldo Cejas, Ambato 1112, Isidro Casanova, provincia de Buenos Aires.

EL EXTRANJERO

Deseo tener amistades con hombres y mujeres de todas las edades, para intercambio de ideas y discos. Mi estado civil es soltero, tengo 29 años y mido un metro setenta y cinco. Soy extranjero. Mi nombre: F. Q. Fernández, Avenida 14 Nº 6200, Berazategui, provincia de Buenos Aires.

EXIGENTE

Busco una mujer de posición económica holgada, sea soltera, separada o viuda. Pido y doy referencias. Tengo 48 años, estoy separado legalmente. Las interesadas pueden escribir a Francisco Blanco, Estafeta Nº 1, Código 1751, González Catán, partido de La Matanza, provincia de Buenos Aires.

VIDA REALIZADA

Me dirijo a ustedes para ponerme en contacto con un hombre honesto que tenga una vida realizada, para formalizar algo serio. Tengo 45 años y un hijo de 11. Segundina Ramírez, Joaquín V. González 427, Quilmes, provincia de Buenos Aires.

ALMA ANSIOSA

Yo desearía encontrar una persona que me comprenda, así dejaré de estar tan sola. Tengo 58 años. Lidia Soler, poste restante B.A. Sucursal 7, C. 1407, Buenos Aires.

ADOLESCENTE

Atención: tengo 14 años (cumplo 15 dentro de poco), quisiera que me escriban chicas y chicos de 12 a 15 años que deseen ser mis amigos. Prometo contestar todas las cartas que reciba. Héctor Rivas, Avenida Mitre 1094, 3º A, C. 1870, Avellaneda, provincia de Buenos Aires.

*****

Para publicar mensajes en esta sección escribir a: CORREO SENTIMENTAL, Crónica de la Mujer, Azopardo y Garay, 1063, Buenos Aires.



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Si usted, señora mamá, tiene un nenito de Cáncer, tendrá que enseñarle a acostumbrarse a los cambios de lugar, de personas, etcétera. Notará que su niñito se aferra demasiado al hogar, a los mismos lugares de siempre, a los juguetes, a los amiguitos del barrio, etcétera. "Moverlo", por ejemplo: llevarlo a veranear, ¡será todo un triunfo!

Los novios con signos de Aire: Géminis, Libra, Acuario, suelen discutir con mucha altura, siempre en el plano impersonal. Los de Fuego todo lo contrario: las discusiones, para las personas que no los conocen, parecerán verdaderas peleas. Si usted tiene un novio de Leo, Aries o Sagitario, acostúmbrese a este fenómeno, ya que ellos se acaloran demasiado discutiendo y a veces hieren sin querer.

Los signos generosos: Leo, Sagitario, Aries, Acuario, y Libra. Leo protege y da con las manos llenas; Sagitario no se fija en la cantidad de lo que da, ya que para este signo el valor del dinero es muy relativo. Aries es muy generoso, pero con las personas que aprecia. Acuario es altruista, no mira a quién, sino la necesidad de dar; Libra ya mide, no le gusta ayudar al que no lo merece... De acuerdo con cada signo reacciona cada persona de diferente manera.

Si su novio o esposo es de Capricornio, no espere grandes demostraciones, ni palabras románticas. El demostrará su cariño con hechos contundentes, pero jamás le obsequiará un ramo de flores, ya que tal cosa le parecerá "cursi" o "infantil". Procure valorar sus actitudes que revelan una naturaleza leal y firme.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

Los días 4-5: Luna en Libra. Favorece a las reuniones, encuentros amorosos y las actividades artísticas. Esta vez traen nuevas inquietudes en ese campo.

*****

Los días 6-7: Luna en Escorpio, aliándose con Mercurio. Días de gran sensibilidad, intuición, espiritualidad. Favorece a los signos de Agua.

Los días 8-9: Luna en Sagitario; por la cuadratura con Mercurio son accidentados, molestos, traedores de discusiones tontas. Exigen mayor atención en el tránsito.

*****

El día 10: Luna en Capricornio. Mucha reflexión, un poco de melancolía. Excelente para los acuerdos serios, inversiones. Favorece a los signos de Tierra.

HOROSCOPO
SEMANAL

Por Lily Sullos

(ENTRE EL 4 Y EL 10 DE MARZO)



Amor: surgen ciertos problemas entre usted y su compañero en los días 4-5, por diferencias de opiniones. Los mejores días para mayor entendimiento: los 8-9.

Finanzas: semana muy laboriosa en ese campo, usted tendrá que ponerse al día con tareas atrasadas y a la vez efectuar un trámite importante para sus actividades. Gastos por salidas.

Salud: cansancio y molestias digestivas por tensión y por comer apurada.



Amor: Venus entra en Tauro en esta semana para proteger sus relaciones. No obstante, los días 6-7 traen disgustos por terceros y por sentirse usted demasiado susceptible.

Finanzas: las compras para la casa y por coquetería estarán en el primer plano. Una muy buena inversión en el día 10, por la tarde; consejo excelente de un amigo.

Salud: ciertas molestias de orden femenino, causadas por tensión.



Amor: los días 4-5 son los ideales para una reconciliación o para una conversación amable y aclaratoria. Es posible un reencuentro, pero usted debe imponer sus condiciones, aunque suavemente.

Finanzas: tropiezos, precipitaciones y como consecuencia, un fuerte tambaleo de su presupuesto... Cuídese de tentaciones en los días 8-9.

Salud: trastornos digestivos, mala asimilación, angustias. Procure descansar.



Amor: los días 6-7 son muy favorables para intentar una conversación, reunión familiar o directamente un reencuentro. Cuidado en el día 10, que es muy negativo.

Finanzas: semana con ritmo lento, pero fructuoso; ligero repunte de entradas, si usted tiene un negocio. Trámites rápidos y un golpecito de suerte en ese campo: una ayudita.

Salud: buena, usted se siente mejor, con más ánimo. Cuidado con los dulces.



Amor: los días 8-9 son importantes en ese campo, usted presta mucha atención a ciertos detalles que hasta ahora no había valorado en su pareja. Posible reconciliación.

Finanzas: Cierta trampa en los días 6-7, usted estará convencida de la utilidad de algo; en realidad no le hace falta. Gastos por instigación de una amiga o pariente mujer.

Salud: cuidado con las bebidas frías; usted podría resfriarse.



Amor: Venus le brindará gran ayuda en todo trato afectivo: amoroso, familiar y social. El día 10 es lo ideal para tomar una decisión o para concretar una reunión.

Finanzas: muy buenas, también en ese campo el día 10 podría beneficiarla mucho. Se hablará de una compra muy importante, donde jugará papel principal la comodidad y belleza.

Salud: mejorando, usted se siente bien encaminada y más optimista.



Amor: Luna en Libra: en los días 4-5, suavizando toda situación delicada. Usted estará en condiciones de iniciar algo importante: acercamiento, conversación, organizar una reunión, etcétera.

Finanzas: semana un tanto opaca; conviene recurrir a algo ya existente y reformarlo o utilizarlo en vez de comprar algo nuevo y caro. Noticias de un cambio.

Salud: angustia, tensión nerviosa, usted necesita salir.



Amor: los días 6-7 le brindan la facilidad de la palabra, eso de hacerse entender y considerar... Conviene hablar claramente también en un asunto familiar, donde ha habido un gran malentendido.

Finanzas: gastos inesperados, aunque necesarios en un asunto legal. Necesidad también de renovar ciertos implementos en su casa.

Salud: posibles molestias femeninas por tensión nerviosa o algún tratamiento que le falta.



Amor: los días 8-9 le brindan momentos felices, siempre que usted no discuta sobre asuntos insignificantes. Posible invitación o llamada algo inesperada.

Finanzas: éste es un campo bastante delicado, usted podría comprometerse para un trabajo o deuda a los que más tarde le será muy difícil cumplir. Cuídese de los cambios muy importantes.

Salud: ciertas molestias circulatorias y musculares.



Amor: el día 10 es la clave, si usted ha pensado en algo "serio", por ejemplo tomar una decisión o una iniciativa, le conviene esperar este día.

Finanzas: buenas, pero los días 4-5 usted podría desilusionarse un poco respecto de un trabajo o a una persona vinculada con el mismo. Se hablará de una inversión importante o cambio que le conviene mucho.

Salud: buena, pero procure no abusar de las bebidas gaseosas y frías.



Amor: los días 4-5 son apacibles, muy aptos a un reencuentro, también para una reconciliación definitiva. Cuidado en los siguientes 6-7: hay una interferencia familiar peligrosa.

Finanzas: usted podría comprar una prenda muy cara que después ocasionaría muchos disgustos... Viaje o salida que se aplaza o que trae grandes dificultades.

Salud: mucha tensión nerviosa que repercute en sus funciones femeninas.



Amor: los días 6-7 son los más favorables en todo sentido. Usted se siente tal vez un tanto agresiva, que es un toque nuevo para su compañero...

Finanzas: cuidado con las pequeñas y múltiples compras. Pueden sumarse después peligrosamente, usted tiende a no fijarse a tiempo. Problemitas por un trámite o algo que se ha atrasado.

Salud: debe cuidarse mucho respecto de su régimen o tratamiento seguido.

Cómo Cambió Desde el Renacimiento Hasta Nuestros Días

EL IDEAL DE BELLEZA FEMENINA

Al ideal de las robustas y angélicas bellezas del Renacimiento sucedió el esplendor cortesano. Luego, la esmirriada palidez del romanticismo. A fines del siglo pasado comenzó a perfilarse un nuevo concepto de la belleza femenina. Se enalteció la maternidad, el compañerismo, la capacidad laboral. La admiración por lo natural.

Doris Day. En la década del '50 encarnó el ideal de la muchacha ingenua, de belleza discreta y candoroso buen humor.

Los viajeros que regresaban extasiados del Medio Oriente fueron, quizás sin saberlo, propulsores de un proceso estético y cultural que habría de conducir al Renacimiento.

En esa era el hombre descubre que existe el cuerpo humano. Y además, que es bello. Los primeros tímidos desnudos, fueron representaciones de Adán y Eva en el paraíso terrenal, idílicamente ajenos a las tentaciones del pecado.

Simultáneamente, la Iglesia, que autoriza estas licencias artísticas, comienza a coleccionar las grandes obras de arte de Grecia y Roma, al tiempo que pone bajo su protección a los grandes talentos de la época. En síntesis: se adopta una renovada y liberal actitud hacia la contemplación de la belleza femenina.

En el mundo profano, fue el tiempo de las grandes cortesanas, célebres reinas de belleza tan hábiles con los cosméticos como en la preparación de pócimas venenosas, de las cuales fue un paradigma Lucrecia Borgia.





Sofía Loren en tres etapas de su belleza: la adolescente rústica, la joven en la plenitud de sus encantos y la alegría de una dorada madurez.

LA BELLEZA AMERICANA

El descubrimiento de América supone una conmoción inimaginable, que vuelve a modificar los cánones estéticos. Según cuenta un humilde clérigo llegado a México con Hernán Cortés, las mujeres son **"dignas, modestas y reservadas"**, pero algunas tienen **"la repulsiva costumbre de mascar una masa gomosa, hacen sonar los cascabeles atados a sus tobillos y exhiben el cuerpo embadurnado de pintura y los dientes teñidos de rojo"**.

Sin embargo, pareja a la dominación territorial y económica, el poder hegemónico europeo habría de desterrar estos deslumbramientos y, en los siglos siguientes, indios, negros y orientales habrían de ser considerados **"seres inferiores"** y, por lo tanto, excluidos como representantes de otros tipos humanos dotados de propia y particular belleza.

EL AFEMINAMIENTO

Desde el siglo XVII y hasta mediados del siglo pasado, se va definiendo un nuevo ideal de belleza femenina. Paralelamente, las artesanías en la producción de cosméticos y perfumes se irán convirtiendo en industrias.

Las pinturas de la primera etapa muestran mujeres finas, de piel nacarada, manos y pies diminutos. Más adelante, se irán descubriendo los hombros y luego, porciones alarmantes del busto. Los hombres, a su vez —por la dulce vida en la corte— irán afeminando sus vestimentas, sus modales y, algunos, sus inclinaciones. Los hombres se empolvan las pelucas y el rostro, se pintan los labios y los ojos, usan zapatillas de raso con tacón alto, medias de seda con ligas y mangas con volados y encajes.

Parecía que los hombres habían perdido la cabeza —y efectivamente, la mayoría de ellos la perdió en la Revolución Francesa— cuando la era del democratismo acabó con tanto afeminamiento.

UN TOQUE DE ROMANTICISMO

El siglo XIX —triunfo de la burguesía, instauración del gobierno democrático— genera un ideal de belleza de tipo maternal, doméstico. La anchura de las caderas —considerada como la medida de la fertilidad— se acentúa con el corsé y luego, con el polisón o el miriñaque.

También se modela otra figura, más emparentada con la literatura, enfermiza, pálida y brumosa; agobiadas por el amor y la tuberculosis, despechadas por los rectos hogares, asediadas por artistas famélicos, ellas, las románticas moribundas, inspirarán a una legión de jovencitas que beberán vinagre y limón para lucir demacradas y anémicas.

Pero ya a fines del siglo pasado la industrialización había conquistado terreno firme en Europa Occidental y en buena parte del continente americano, generando una profunda transformación social y económica. Los varones, por su lado, quizá recordando el trágico fin de sus predecesores, acentuaron los rasgos varoniles, dejándose crecer barba, patilla y bigote y luciendo vestimenta predominantemente negra.

EL VERTIGINOSO SIGLO XX

Lo demás es historia reciente: el andar del incipiente siglo vio el sucesivo acortar de las faldas y el aligeramiento de todos los accesorios antes considerados imprescindibles.

Los dos grandes conflictos mundiales impusieron que crecientes contingentes de mujeres ocuparan puestos en fábricas, escuelas, oficinas, hospitales y comercios. Consecuentemente, se dieron importantes avances hacia la plena igualdad en materia de derechos cívicos.

La mujer de los años '20 aún es publicitada como una muñeca: talle de avispa, busto prominente, caderas amplias; en el período cercano **a la** Segunda Guerra Mundial **se** difunde el uso de pantalones, si bien de un modo bastante restringido. Hacia la década del '50 aún se insiste —lo hace el cine norteamericano— en la imagen de la novia dulce, sonriente, de belleza discreta, fresca y lozana, que pacientemente espera al varón que la guíe en la vida (cuyo modelo fuera Doris Day).

La ardua, conflictiva y por momentos caótica realidad que siguió al establecimiento de la Guerra Fría, determinó la ineficacia de esos patrones de belleza. El surgimiento de decenas de nuevos países, la revalorización de los factores étnicos, el avasallamiento de prejuicios en las sociedades más avanzadas, fueron factores determinantes del cambio que aún persiste.

En no menor medida influyó que una buena parte de la población pueda acceder a una educación intelectual y deportiva muy amplia; mejores condiciones sanitarias, la eliminación de enfermedades que fueron azotes para la humanidad y una alimentación más rica, nutritiva y variada, han permitido el desarrollo del **"nuevo tipo de belleza"**.

¿Y cómo es el ideal femenino actual? Tan diverso y atractivo como el mismo mundo. Porque la belleza no es solo un hecho biológico sino un patrimonio cultural.

En lo sustancial, supone que es más importante lo que **se es** que lo que **se muestra**. Viejos conceptos —la mujer madre, esposa, amiga y compañera— se aúnan de un modo antaño impensable. La femineidad no es una traba ni un castigo divino: identifica una condición.



En la guerra y en la paz la mujer se sumó a tareas que antes le estaban vedadas. Con ello, cambió el ideal de belleza.

GUSTO TRADICIONAL

El retorno a un guardarropa de gusto tradicional, que no desdeña detalles originales, en particular en los accesorios, es lo que la moda propone. En este caso se trata de un chemisier de corte simple; presenta camisa masculina con pequeños "revers", mangas cortas y bolsillos militares.

CONJUNTO DEPORTIVO

Una muchacha ágil, que gusta de seguir la moda sin caer en excesos, puede lucir este conjunto de tono deportivo y utilizarlo con facilidad en muchas ocasiones. La campera de línea suave y suelta, unida a una falda en el mismo estilo o también fantasía. Será acampanada o plisada para llevar con cinturón.

LINEA EUROPEA

Una campera de lana es la solución ideal para aquellas que prefieren un estilo desenvuelto y práctico. Esta, de lana escocesa, bastante amplia, combina con falda de cuero con pinzas en la cintura. Los hombros, importantes y acentuados, le dan características de actualidad. Se llevará este año solo con una simple blusa. La moda de prendas "superpuestas" parece haber sido totalmente superada.

Los Lobos
(Fragmento)

Una noche de invierno, tan cruda
que se fue del portal la Miseria,
y en sus camas de los hospitales
lloraron al hijo de las madres enfermas,
con el frío del Mal en el alma
y el ardor del ajenjo en las venas,
tras un hosco silencio de angustias,
un pobre borracho cantó en la taberna:

—Compañero: no salgas, presiento
algo raro y hostil en la acera.
... La invadieron aullando los lobos...
Asómate, hermano. ¡La calle está llena!

amor es...



...DARME CUENTA QUE SU TRABAJO VIENE A MENUDO PRIMERO

amor es...



...SABER CUANDO SER FIRME PERO BONDADOSA

amor es...



...ENCONTRAR UNA ROSA ROJA AL LADO DE MI CAMA

Son los mismos que espían tu paso
en la sombra sin fin de su senda,
los que en sórdidas tropas se anuncian
y en horas terribles arañan la puerta...

...Continúan aullando, ¿no oíste?
Ritornello feroz que resuena
como un lúgubre grito flotando
por sobre la cuna que mece la anemia.
¡Y son todos! No falta ninguno;
y la noche no pasa: es eterna.
El Dolor es invierno; te cubre:
no guardes ni sueñes jamás primaveras.
El olvido está lejos; no viene
a dejar junto a ti su promesa,
su promesa de muerte, ¡la Madre,
a veces tan mala y a veces tan buena!

Evaristo Carriego